

2月分予定献立表

日(曜) ☆1日1食分kcal ◎たんぱく質	献立名	献立の材料
2(月) ☆632 ◎27.9	牛乳	牛乳
	むぎごはん	麦ごはん
	とうふとめかじきのちゅうかに	めかじき しょうが しょうゆ でん粉 油 豆腐 たまねぎ にんじん たけのこ
		うずら卵 はくさい しょうが にんにく 油 チンタン 砂糖 しょうゆ チンメンジャン
		オイスターソース
3(火) ☆599 ◎26.1	はるさめサラダ	春雨 にんじん 緑豆もやし きゅうり キャベツ しょうゆ 米酢 食塩 砂糖
		からし粉 ごま油
	牛乳	牛乳
	てまきすし (すめし)	米 砂糖 酢
	やきのり	のり
	いかたつたあげ	いか しょうゆ しょうが 酒 みりん でん粉
	もうかざめたつたあげ	もうかざめ しょうゆ しょうが 酒 でん粉
	たまご	たまご
	きゅうり	きゅうり
	ぐだくさんすましじる	油 ごぼう にんじん 干しいたけ こんにゃく だいこん かつお節 じゃがいも ちくわ 食塩 しょうゆ こまつな
4(水) ☆527 ◎21.4	ふくまめ	だいず
	★節分献立★	
	牛乳	牛乳
	きのこスパゲティ	スパゲッティ 豚肉 ベーコン たまねぎ にんじん ししいたけ しめじ エリンギ 青ピーマン にんにく 油 食塩 白ワイン しょうゆ チーズ
	スパイシーポテトビーンズ	ひよこ豆 じゃがいも でん粉 油 パプリカ粉 ガーリック粉 チリパウダー 食塩
5(木) ☆578 ◎22.6	ひじきのマリネ	ひじき しょうゆ 酒 砂糖 和風だし みりん きゅうり だいこん 食塩 にんじん 油 米酢 砂糖 食塩
	牛乳	牛乳
	あさりとだいこんのごはん	米 強化米 酒 しょうゆ 食塩 あさり 油揚げ だいこん にんじん しょうゆ 酒 みりん 油 こまつな ごま
	さばのぶなかぼし	さば文化干し
	わふうサラダ	キャベツ きゅうり わかめ にんじん 米酢 しょうゆ 砂糖 ごま油
6(金) ☆550 ◎24.2	マスカットゼリー	マスカットゼリー
	牛乳	牛乳
	☆シュガーあげパン	コッペパン(乳なし) 油 砂糖
	てづくりにくだんごスープ	豚肉 たまねぎ しょうが 酒 食塩 でん粉 にんじん ねぎ 豆腐 はくさい こまつな 春雨 しょうゆ 食塩 白こしょう チキンガラスープ
	くきわかめのびりからあえ	茎わかめ キャベツ きゅうり 緑豆もやし しょうゆ 酢 砂糖 にんにく チリペッパー ごま油
☆リクエスト給食メニューを取り入れました		
9(月) ☆544 ◎23.6	牛乳	牛乳
	パプリカライス	米 麦 白ワイン パプリカ粉 油 食塩
	クリームソースがけ	えび あさり いか 白ワイン たまねぎ マッシュルーム 油 小麦粉 バター 油 牛乳 生クリーム 食塩 白こしょう チキンガラスープ 白花豆ペースト
	こまつなサラダ	わかめ こまつな だいこん コーン しょうゆ 米酢 砂糖 ごま油
	いちご	いちご
10(火) ☆537 ◎22.8	牛乳	牛乳
	きつねうどん	地粉うどん 油揚げ 砂糖 しょうゆ 鶏肉 にんじん ねぎ 干しいたけ わかめ かつお節 しょうゆ みりん 酒 食塩
	ひめひかりフライ	ひめひかりフライ 油
	ゆかりあえ	キャベツ きゅうり だいこん 食塩 ゆかり
12(木) ☆647 ◎22.7	牛乳	牛乳
	ちゅうかどん (むぎごはん)	麦ごはん 豚肉 しょうが しょうゆ いか なたね 酒 うずら卵 あさり たまねぎ はくさい にんじん たけのこ こまつな きくらげ 油 チンタン しょうゆ 食塩 白こしょう でん粉
	はるまき	はるまき 油
	もりもりもやし	緑豆もやし にんじん しょうゆ 酢 ごま油 砂糖
13(金) ☆601 ◎22.3	牛乳	牛乳
	コッペパン	コッペパン(乳なし)
	とうにゅうチョコクリーム	豆乳 チョコレート ココア 砂糖 トースターチ 無塩バター
	ミネストローネ	油 にんにく ベーコン セロリー にんじん たまねぎ チンタン じゃがいも キャベツ ホールトマト トマトピューレ 食塩 白こしょう マカロニ レンズ豆
	さわやかサラダ	キャベツ きゅうり 食塩 なつみかん缶 油 米酢 砂糖 食塩 白こしょう
16(月) ☆598 ◎25.8	★バレンタイン献立★	
	牛乳	牛乳
	はくはん	白飯
	ぶりのてりやき	ブリの照り焼き
	きりぼしだいこんのごもくに	油 豚肉 干しいたけ こんにゃく 切干だいこん かつお節 砂糖 みりん しょうゆ 食塩 にんじん さつま揚げ さやいんげん
	みそしる	たまねぎ にんじん じゃがいも しめじ わかめ こまつな ねぎ かつお節 白みそ 赤みそ

日(曜) ☆11時〜12時 kcal ◎たんぱく質	献立名	献立の材料
17(火) ☆565 ◎22.2	牛乳	牛乳
	コッペパン	コッペパン(乳なし)
	スラッピージョー	豚肉 にんにく たまねぎ にんじん マッシュルーム ひよこ豆 油 ケチャップ デミグラスソース チリパウダー ナツメグ粉 食塩 白こしょう 中濃ソース 赤ワイン パン粉 ボークガラスープ
	ポテトサラダ	じゃがいも たまねぎ きゅうり にんじん コーン ノンエッグマヨネーズ 砂糖 食塩 白こしょう 米酢
	☆フルーツポンチ	みかん缶 パイン缶 もも缶 こんにゃくダイス(レモン) 砂糖 白ワイン
	☆リクエスト給食メニューを取り入れました	
18(水) ☆534 ◎23.5	牛乳	牛乳
	ちゅうかふうおこわ	米 強化米 もち米 食塩 酒 ボークガラスープ しょうゆ 豚肉 しょうゆ 酒 干しえび 酒 たけのこ にんじん 干しいたけ 砂糖 しょうゆ ごま油
	いわしのカリカリフライ	いわしのカリカリフライ 油
	かんてんいりキラキラスープ	鶏肉 たまねぎ 寒天 にんじん ねぎ こまつな しょうが 酒 しょうゆ 食塩 ごま油 鶏がら
19(木) ☆599 ◎24.0	牛乳	牛乳
	むぎごはん	麦ごはん
	てっかみそ	大豆 油 京桜みそ 西京みそ 黒砂糖 みりん
	にくじゃが	油 豚肉 たまねぎ にんじん しらたき じゃがいも かつお節 砂糖 酒 しょうゆ みりん さやえんどう
	わかめサラダ	わかめ キャベツ きゅうり 食塩 コーン 砂糖 米酢 しょうゆ ごま油 食塩
20(金) ☆587 ◎27.4	牛乳	牛乳
	むぎごはん	麦ごはん
	ブルコギ	豚肉 しょうゆ アップルソース トウバンジャン にんにく しょうが ねぎ にんじん 緑豆もやし たまねぎ にら 油 しょうゆ 砂糖 赤みそ
	トックスープ	トック 鶏肉 油 はくさい たまねぎ にんじん ねぎ 食塩 白こしょう しょうゆ チキンガラスープ
	はまさき	はまさき
24(火) ☆590 ◎27.1	牛乳	牛乳
	むぎごはん	麦ごはん
	なまあげとぶたにくのみそに	油 しょうが 豚肉 たまねぎ にんじん たけのこ かつお節 砂糖 酒 しょうゆ 生揚げ 砂糖 しょうゆ 赤みそ ねぎ 青ピーマン
	いそかあえ	こまつな 緑豆もやし キャベツ しょうゆ のり
	いちご	いちご
25(水) ☆578 ◎22.8	ジョアブレーン	ジョア(ブレーン)
	※牛乳停止児童は飲み物(ジョアブレーン)は付きません。	
	ポークカレー	麦ごはん 豚肉 カレー粉 にんじん たまねぎ じゃがいも にんにく しょうが 油
	(むぎごはん)	カレーウ チキンガラスープ エリンギ ホールトマト 食塩 ウスターソース ローリエ粉
	☆とりのからあげ	鶏肉 しょうが みりん しょうゆ でん粉 米粉 油
	☆かいそうサラダ	海藻ミックス だいこん きゅうり 食塩 コーン 砂糖 しょうゆ 米酢 食塩 ごま油
	★なかよし給食★	
	☆リクエスト給食メニューを取り入れました	
26(木) ☆583 ◎25.5	牛乳	牛乳
	むぎごはん	麦ごはん
	てづくりふりかけ	ちりめんじゃこ ゆかり かつお節 あおのり
	ほきのやくみソースがけ	ほき でん粉 油 にんにく しょうが ねぎ 砂糖 米酢 しょうゆ
27(金) ☆624 ◎25.2	こんさいじる	豚肉 ごぼう にんじん だいこん こんにゃく じゃがいも しめじ 油揚げ かつお節 白みそ 赤みそ ねぎ こまつな 油
	牛乳	牛乳
	えびたまどん (むぎごはん)	麦ごはん 鶏卵 えび 酒 たまねぎ にんじん たけのこ グリンピース かつお節 しょうゆ 食塩 みりん でん粉
	ころころだぐくいも	さつまいも 白いんげん豆 でん粉 油 しょうゆ 砂糖 みりん はちみつ
	そくせきづけ	キャベツ だいこん きゅうり 食塩 食塩