



2月 学校給食献立表



日	曜	主食	牛乳	献立名	赤の食品 体をつくる	黄の食品 熱や力になる	緑の食品 体の調子を整える	1食当たり栄養価		
								エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂質 (g)
2	月	ミルクロールパン	牛乳	オムレツ ごぼうサラダ ポークビーンズ スライスチーズ	牛乳、オムレツ、だいず、ぶた肉、チーズ、	ミルクロールパン、さとう、ごまドレッシング、すりごま、じゃがいも、油、デミグラスソース、	ごぼう、にんじん、キャベツ、きゅうり、たまねぎ、トマト、フルーツチャツネ、パセリ、	801	31.2	35.3
3	火	ごはん	牛乳	いわしのかば焼き しらあえ さといものみそしる せつぶんまめ 節分のメニュー	牛乳、いわし、うすあげ、とうふ、とり肉、みそ、だいず、	米、でんぷん、米こ、油、さとう、すりごま、さといも、	しょうが、こまつな、はくさい、にんじん、だいこん、たまねぎ、えのきたけ、ねぎ、	785	29.4	23.5
4	水	ごはん	牛乳	ぶた肉のオイスターソースいため にらたまスープ	牛乳、ぶた肉、もめんどうふ、かまぼこ、たまご、	米、油、でんぷん、	にんにく、しょうが、たまねぎ、にんじん、もやし、チンゲンサイ、たまねぎ、にら、	730	32.1	23.2
5	木	ごはん	牛乳	ヤンニョムチキン チョレギサラダ はるさめスープ	牛乳、とり肉、わかめ、ぶたひき肉、	米、でんぷん、油、ごま油、さとう、はるさめ、	しょうが、にんにく、はくさい、プロッコリー、にんじん、もやし、しめじ、こまつな、ねぎ、しょうが、	749	25.3	24.6
6	金	麦ごはん	牛乳	ウイナーカレー フルフルフルーツゼリー	牛乳、とり肉、チーズ、ウイナー、	米、麦、油、じゃがいも、こむぎこ、バター、カレールー、ゼリー、さとう、	しょうが、にんにく、たまねぎ、にんじん、フルーツチャツネ、みかん、パイナップル、もも、りんご、	988	27.4	31.3
9	月	フォカッチャ	牛乳	チキンフリット あさりのボンゴレロッソ ミネストローネ(トマトなし) チョコだいずクリーム わかさぎのフリッター イタリアメニュー	牛乳、とり肉、あさり、ベーコン、だいず、	フォカッチャ、天ぷらこ、油、スパゲッティ、オリーブ油、さとう、チョコだいずクリーム、	にんにく、パセリ、たまねぎ、にんじん、トマト、だいこん、キャベツ、	781	35.8	31.6
10	火	ごはん	牛乳	こまつなのフリッター クリームシチュー	牛乳、わかさぎフリッター、とり肉、生クリーム、	米、油、さとう、オリーブ油、じゃがいも、こむぎこ、バター、	こまつな、キャベツ、にんじん、きゅうり、レモン、たまねぎ、プロッコリー、	772	22.7	25.8
11	水			建国記念の日						
12	木	ぶた肉のチャーハン	牛乳	バンバンジーサラダ たまごとチンゲンサイのスープ	牛乳、ぶた肉、とり肉、もめんどうふ、たまご、	米、油、ごま油、さとう、すりごま、ごまドレッシング、でんぷん、	にんにく、しょうが、たまねぎ、にんじん、ねぎ、えた豆、きゅうり、キャベツ、えのきたけ、チンゲンサイ、	735	28.5	23.0
13	金	ごはん	牛乳	さばのごまてり焼き いそかあえ もち入りみそしる	牛乳、さば、のり、とり肉、みそ、	米、さとう、ごま油、白ごま、もち、	しょうが、にんじん、こまつな、もやし、ごぼう、しめじ、はくさい、ねぎ、	737	31.3	21.0
16	月	わかめごはん	牛乳	変わりぶりだいこん とうにゅういりみそしる	牛乳、わかめ、ふくらぎ、うすあげ、とうにゅう、みそ、	米、油、さとう、でんぷん、じゃがいも、	にんじん、だいこん、こまつな、しょうが、たまねぎ、はくさい、ねぎ、	793	26.8	25.1
17	火	ごはん	牛乳	さんみ焼き 五目きんぴら みそうどん	牛乳、さつまいも、とり肉、ぶた肉、みそ、	米、ごま油、さとう、白ごま、うどん、	しょうが、ねぎ、にんにく、ごぼう、にんじん、さやいんげん、だいこん、干ししいたけ、はくさい、	777	29.0	17.0
18	水	ごはん	牛乳	ハンバーグで元氣いっぱい(ウ・スイハンバーグ) いろいろ野菜マヨネーズサラダ 五大栄養素たっぷりけんちん汁 橋小6年生献立	牛乳、ソーシユハンバーグ、もめんどうふ、うすあげ、わかめ、	米、マヨネーズ、さといも、ごま油、	キャベツ、にんじん、きゅうり、プロッコリー、だいこん、ねぎ、	749	24.4	27.2
19	木	ごはん	牛乳	マーボーどうぶどん やさしいシューマイ もやしの中かあえ	牛乳、ぶたひき肉、もめんどうふ、やさしいシューマイ、	米、油、さとう、でんぷん、ごま油、	にんにく、しょうが、たまねぎ、にんじん、たけのこ、干ししいたけ、ねぎ、もやし、きゅうり、	774	28.6	23.2
20	金	黄金の一つぶごはん	牛乳	インドからのおくりもの(タンドリーチキン) ツナとかぶのサラダ 冬のほかほかあさりのクラムチャウダー 川北小6年生献立	牛乳、とり肉、ツナ、あさり、ぶた肉、生クリーム、	米、オリーブ油、さとう、じゃがいも、油、米こ、バター、	しょうが、にんにく、キャベツ、かぶ、にんじん、から葉、レモン、たまねぎ、パセリ、	788	33.7	23.7
23	月			天皇誕生日						
24	火	ごはん	牛乳	ぶた肉のしょうが焼き こまつなのごまあえ めったじる いよかん 中島小6年生献立	牛乳、ぶた肉、とり肉、うすあげ、わかめ、みそ、	米、さとう、でんぷん、すりごま、	しょうが、たまねぎ、こまつな、キャベツ、にんじん、ごぼう、だいこん、ねぎ、いよかん、	744	30.7	23.0
25	水	ごはん	牛乳	えびとだいずのカレーからめ コーンかきたまスープ	牛乳、えびフリッター、だいず、ベーコン、たまご、	米、油、でんぷん、さとう、	たまねぎ、にんじん、ピーマン、えのきたけ、こまつな、ねぎ、とうもろこし、	784	27.0	24.0
26	木	ごはん	牛乳	焼きギョーザ ナムル しょうゆラーメン	牛乳、ギョーザ、ぶた肉、	米、ごま油、さとう、中かめん、	にんじん、もやし、こまつな、しょうが、にんにく、たまねぎ、きくらげ、キャベツ、チンゲンサイ、ねぎ、	751	24.2	17.3
27	金	ごはん	牛乳	あじのごまみそ焼き 青のりポテト とりすき	牛乳、あじ、みそ、あおのり、とり肉、もめんどうふ、	米、さとう、ごま油、すりごま、じゃがいも、油、くるまふ、	しょうが、にんじん、えのきたけ、はくさい、ねぎ、	781	33.2	23.7

※ 食品群別献立表は、食品の主な働きによって分類したものであり、アレルギー等の特定をするためのものではありません。

1ヶ月平均食塩相当量 g

※ 都合により、献立や食材が変更になる場合があります。

2.6

※ 小学6年生が考えた献立を実施します。【18日：橋小、20日：川北小、24日：中島小】味わって食べましょう。

※ 冬季オリンピックが開催されるイタリアのメニューを2月9日に予定しています。

※ 給食リクエストで上位だったメニューが2月後半から3月上旬に給食に出ます!!