

2月 学校給食献立表

館野

小学校

日	曜	献立名		血や肉、骨になる		体の調子を整える		熱や力になる		エネルギーたんぱく質脂質行事食等		
		主食	牛乳	赤色の食品		緑色の食品		黄色の食品				
2	月	ごはん	ぶたにくのくわやき ブロッコリーのおかかあえ さつまいものみそしる	牛乳 豚肉	大豆ペースト みそ	ブロッコリー にんじん キャベツ	こまつな たまねぎ	白飯 三温糖 片栗粉	じゃがいも	604	Kcal	
3	火	てまきごもくずし	てまきのり だいちがいのいそあえ こんさいじる	牛乳 うす揚げ 炒り卵	大豆 青のり粉 豚肉	にんじん 干しいたけ さやいんげん	ごぼう たまねぎ だいこん	ずし飯 三温糖 大豆油	じゃがいも	638	Kcal	
4	水	ごはん	さかなのなんばんづけ とうふサラダ あんかけラーメン	牛乳 鰯 豆腐 ベーコン	豚肉	●ねぎ キャベツ にんじん きゅうり	たまねぎ はくさい もやし	白飯 三温糖 片栗粉 大豆油	じゃがいも サラダ油 ラーメン	623	Kcal	
5	木	ごはん	タンダーチキン コールスローサラダ のいちかぶらのスープに かつおふりかけ	牛乳 鶏肉 ヨーグルト ロースハム	ベーコン 魚ふりかけ	たまねぎ しょうが ●にんにく キャベツ	きゅうり にんじん しめじ ●野々市かぶら	白飯 三温糖 片栗粉 小麦粉 大豆油	マヨネーズ 三温糖 じゃがいも	626	Kcal	
6	金	むぎごはん	ポークカレーライス フルーツヨーグルト	牛乳 豚肉 チーズ ヨーグルト	豚肉	たまねぎ にんじん ●にんにく しょうが	トマト水煮 バナナ トマトピューレー 黄桃缶 パイナップル	むぎ飯 じゃがいも サラダ油 カルールウ	小麦粉 バター マスカットゼリー いちごゼリー	745	Kcal	
9	月	ごはん	てりやきハンバーグ ごぼうサラダ ほうれんそうのみそしる	牛乳 豚肉 牛肉 鶏肉	大豆たんぱく みそ 鶏卵 ロースハム あつあげ	たまねぎ しょうが ごぼう キャベツ	にんじん ほうれんそう コーン えだまめ えのきたけ	白飯 パン粉 三温糖 片栗粉	マヨネーズ	665	Kcal	
10	火	ごはん	ウインナーのケチャップがらめ ツナサラダ ペイザンヌスープ プリン	牛乳 ウインナー ツナ 鶏肉	ウインナー	●にんにく たまねぎ キャベツ	きゅうり にんじん えのきたけ パセリ	白飯 しょうが油 三温糖 片栗粉	じゃがいも プリン	657	Kcal	
11	水	建国記念の日										
12	木	むぎごはん	マーボーどん すいぎょうざスープ みかん	牛乳 豚肉	木綿豆腐 鶏肉	しょうが ●にんにく にんじん たまねぎ	たけのこ 干しいたけ ●ねぎ もやし	むぎ飯 サラダ油 三温糖 片栗粉	ごま油	675	Kcal	
13	金	ごはん	さかなのからあげ ごまマヨあえ きりたんぼじる	牛乳 ホキ ロースハム 鶏肉	うす揚げ	しょうが キャベツ にんじん きゅうり	ごぼう こんにやく しめじ はくさい	白飯 小麦粉 米粉 大豆油	マヨネーズ ごま 三温糖 きりたんぼ	634	Kcal	
16	月	ごはん	ベーコンサラダ ピーフシチュー いちご	牛乳 ベーコン 牛肉	うす揚げ	ブロッコリー キャベツ もやし たまねぎ	いちご にんじん トマトピューレー しめじ	白飯 サラダ油 三温糖 じゃがいも	小麦粉 バター	633	Kcal	
17	火	わかめごはん	オイマヨグラタン だいこんとさつまあげのみそしる	牛乳 わかめ 鶏肉 チーズ	さつまあげ 大豆ペースト みそ	にんじん ブロッコリー たまねぎ だいこん	しめじ こまつな	白飯 ごま じゃがいも 小麦粉	サラダ油 マヨネーズ 三温糖	607	Kcal	
18	水	ごはん	さばのみそに こんにやくのきんぴら とりごぼうじる	牛乳 さば みそ 豚肉	鶏肉 木綿豆腐	しょうが ●ねぎ にんじん こんにやく	青ピーマン たまねぎ ごぼう だいこん	白飯 三温糖 サラダ油 ごま	ごま油	651	Kcal	
19	木	ごはん	はるまき もやしのナムル にくだんこのスープ フルーツあんぱん	牛乳 春巻き 糸かまぼこ 鶏肉	豚肉 大豆たんぱく	にんじん もやし こまつな しょうが	たまねぎ 干しいたけ ●ねぎ チンゲンサイ	白飯 大豆油 ごま 三温糖	ごま油 片栗粉 フルーツ杏仁	677	Kcal	
20	金	ごはん	とりそぼろどん かぼちゃのあげがらめ ふとあげのみそしる	牛乳 鶏肉 炒り卵 豚肉	あつあげ みそ 大豆ペースト	にんじん しょうが えだまめ かぼちゃ	さやいんげん たまねぎ だいこん こまつな	白飯 サラダ油 三温糖 片栗粉	大豆油 じゃがいも やきふ	640	Kcal	
23	月	天皇誕生日										
24	火	ごはん	トンカツ カラフルサラダ こまつなのみそしる	牛乳 豚肉 鶏卵 ベーコン	あつあげ 大豆ペースト みそ	キャベツ きゅうり 黄ピーマン 赤ピーマン	たまねぎ にんじん えのきたけ こまつな	●ねぎ	白飯 小麦粉 パン粉 大豆油	三温糖 片栗粉 サラダ油	618	Kcal
25	水	しょくパン	マカロニミートグラタン はくさいのこめこチャウダー チョコバナテ	牛乳 豚肉 牛肉 大豆たんぱく	チーズ ベーコン	たまねぎ トマト水煮 にんじん はくさい	パセリ	食パン マカロニ 大麦 サラダ油	三温糖 じゃがいも バター 米粉	チョコクリーム	684	Kcal
26	木	チャーハン	さけとだいちのチリソース わかめスープ ヨーグルト	牛乳 ベーコン 鮭 大豆	豚肉 わかめ 豆腐 ヨーグルト	にんじん たまねぎ さやいんげん しょうが	●にんにく ●ねぎ 青ピーマン 赤ピーマン	もやし	チャーハンライス 三温糖 サラダ油 片栗粉 大豆油	684	Kcal	
27	金	ごはん	ちくわのかわりあげ はりはりあえ すきやきふうじ	牛乳 焼きちくわ しお昆布 牛肉	焼き豆腐	生姜 切り干し大根 にんじん きゅうり	こまつな はくさい たまねぎ たけのこ	●ねぎ	白飯 小麦粉 ごま 大豆油	三温糖 ごま油 車麩	637	Kcal

※都合により献立の内容を一部変更する場合があります。
 ※主な食材料名は、食品の栄養的な働きにより、赤、緑、黄のグループに分けて記載してあります。
 ●は、野々市市の地場産物を使用する予定です。

野々市市小学校給食センター

