



2月 学校給食献立予定表 (小学校)



本渡学校給食センター

ひ	よう	しゅしょく	ぎゅうにゅう	おかず	おもなざいりょう			まい	
					きいろ ねつやちからになる	あか ちやにくやほねになる	みどり からだのちようしやどとのえる	エネルギー	たんぱく
1	もく	ごはん		お野菜つみれ汁 しのだ煮 おかか和え	牛乳 魚のすり身 とうふ 油揚げと肉 ぶた肉 かつおぶし (にぼしだし)	こめ 麦 でん粉 さとう	にんじん たまねぎ しいたけ ねぎ キャベツ きゅうり もやし れんこん ごぼう かぼちゃ ほうれんそう	563	20.7
2	きん	節分献立 ごはん		春雨スープ いわしとお肉のハンバーグ 大豆の和風ドレッシング 和え	牛乳 ぶた肉 とり肉 いわしのすり身 ひじき 大豆	こめ 麦 はるさめ ごまあぶら パン粉 でん粉 さとう あぶら	にんじん たまねぎ ほうれんそう きくらげ しいたけ ねぎ キャベツ きゅうり しょうが	591	23.5
5	げつ	ごはん		五目汁 さんまかぼすレモン煮 もやしの酢の物	牛乳 とり肉 豆腐 さんま (にぼしだし)	こめ 麦 こんにやく じゃがいも さとう ごま ごまあぶら	ごぼう にんじん ねぎ しいたけ きゅうり もやし かぼすレモン	590	23.8
6	か	ごはん		ビーフシチュー かぼちゃグラタン れんこんサラダ	牛乳 ぎゅう肉 ツナ チーズ	こめ 麦 じゃがいも あぶら ビーフシチュールー 小麦粉 でん粉 さとう マーガリン ごま	たまねぎ にんじん 枝豆 トマト れんこん きゅうり かぼちゃ コーン	742	22.6
7	すい	黒糖パン		平めんスープ ハガツオのフライ コーンチキンサラダ	牛乳 ぶた肉 ハガツオ とり肉 大豆粉	黒糖パン ビーフ あぶら ごまあぶら 小麦粉 ショートニング さとう	たまねぎ にんじん しいたけ ねぎ キャベツ きゅうり コーン ブルー	541	26.0
8	もく	しそごはん		大豆の磯煮 ちくわの磯辺揚げ かわりし和え	牛乳 とり肉 大豆 ひじき 厚あげ ちぎりあげ 魚のすり身 あおさ	こめ 麦 こんにやく じゃがいも さとう ごま 小麦粉 でん粉 あぶら	あかしそ にんじん いんげん きゅうり キャベツ だいこん なす れんこん なたまめ しょうが しその葉	629	28.6
9	きん	ごはん		中華うま煮 ひじきシューマイ② もやしの中華和え	牛乳 ぶた肉 とり肉 かまぼこ うすら卵 ひじき 大豆	こめ 麦 さとう ごまあぶら 片栗粉 ごま 小麦粉	たまねぎ にんじん だけのご キャベツ きくらげ きゅうり もやし しょうが にんにく しいたけ	569	21.2
13	か	ごはん		豚汁 鶏の照り焼き 玉ねぎドレッシング和え	牛乳 ぶた肉 厚揚げ にぼし とり肉 かつおぶし みそ 大豆 (にぼしだし)	こめ 麦 さといも こんにやく さとう あぶら でん粉	にんじん だいこん ねぎ ごぼう キャベツ たまねぎ きゅうり しょうが 赤ピーマン	620	30.2
14	すい	米粉パン		クリームシチュー ハートのハンバーグソースがけ かにかまサラダ いちごのハートムース	牛乳 とり肉 スキムミルク カニカマ ぶた肉 豆乳 ゼラチン	こめ 麦 シチュールー じゃがいも さとう ショートニング バター ノンエッグマヨネーズ	にんじん たまねぎ キャベツ きゅうり コーン トマト にんにく 白いんげん豆 枝豆 いちご	578	23.2
15	もく	ごはん		もずくかきたま汁 ホキ天玉揚げ きんぴら	牛乳 とり肉 たまご ちくわ さつまあげ ホキ あおさ 大豆 (かつお・こんぶだし)	こめ 麦 片栗粉 あぶら ごま こんにやく さとう ごまあぶら 小麦粉 でん粉 ショートニング	たまねぎ にんじん もずく ねぎ ごぼう 枝豆	649	25.6
16	きん	ごはん		わかめスープ 焼肉 ぼんかん	牛乳 とうふ かまぼこ ぎゅう肉 わかめ 赤みそ	こめ 麦 さとう ごま こんにやく さとう ごまあぶら	にんじん たまねぎ ねぎ しいたけ しめじ りんご ぼんかん トマト	629	23.5
19	げつ	ぶちまるごはん		タイビーエン ぎょうざ② 棒々鶏サラダ	牛乳 ぶた肉 かまぼこ うすら卵 とり肉 大豆	こめ ぶちまる麦 はるさめ ごまあぶら ねりごま さとう 小麦粉 でん粉	きくらげ だけのご にんじん たまねぎ キャベツ ねぎ もやし きゅうり たら にんにく しょうが	635	24.3
20	か	ごはん		さといものみそ汁 和風きんぴら包み焼き ひじきの和え物	牛乳 厚揚げ チーズ 豆腐 ゼラチン とり肉 ひじき みそ (にぼしだし)	こめ 麦 さといも ごま ノンエッグマヨネーズ さとう あぶら ごま	にんじん たまねぎ しめじ ねぎ えのきたけ キャベツ きゅうり ごぼう	623	22.5
21	すい	パン		コンソメスープ かぼちゃフライ ピーンズサラダ	牛乳 ウィナー とり肉 ぶた肉 大豆 大福豆 きんととき豆	こめ 麦 じゃがいも あぶら でん粉 パン粉 さとう	キャベツ たまねぎ にんじん しめじ かぼちゃ きゅうり コーン ブルーン レモン	636	21.0
22	もく	ごはん		天草大王カレー トマトオムレツ ヨーグルト和え	たまご とり肉 牛乳 スキムミルク ヨーグルト	あぶら でんぶん 小麦 じゃがいも さとう カレールー	たまねぎ トマト にんじん もも パインアップル みかん 枝豆 しょうが にんにく	753	23.6
26	げつ	ごはん		白菜と肉団子のスープ クリスピーチキン さらたまちゃん和え	牛乳 ぶた肉 とり肉 大豆	こめ 麦 春雨 パン粉 でん粉 さとう あぶら 小麦粉	にんじん きくらげ たまねぎ はくさい ねぎ しめじ もやし きゅうり	603	23.3
27	か	ごはん		みそおでん れんこんはさみ揚げ 昆布和え	牛乳 とり肉 厚あげ ちくわ うすらたまご たまご 大豆 みそ こんぶ	こめ 麦 さといも こんにやく さとう ごまあぶら でん粉 パン粉 小麦粉 あぶら	だいこん にんじん れんこん キャベツ たまねぎ きゅうり	607	23.9
28	すい	ミルクパン		ラビオリスープ 鯛のパジルオリーフ焼き コールスローサラダ	牛乳 ウィナー たい ハム とり肉 ぶた肉	ミルクパン パン粉 さとう オリーフオイル 油 小麦粉	にんじん たまねぎ ほうれん草 しめじ きゅうり キャベツ パインアップル コーン レモン にんにく パジル	667	31.6
29	もく	ごはん		けんちん汁 春巻き ごまネーズ和え	牛乳 とり肉 ぶた肉 とうふ あげ ちくわ (かつお・こんぶだし)	こめ 麦 こんにやく あぶら さとう ノンエッグマヨネーズ すりごま 小麦粉 ショートニング 春雨 でん粉	しいたけ だいこん にんじん たまねぎ ごぼう ねぎ キャベツ もやし しょうが	701	19.5

2月の天草産の食材

※都合により献立内容や食材が変更になる場合がございます。ご了承ください。
～今月の給食で使用する天草産の食材を紹介します～

