



【2月】 学校給食献立予定表 くらたけ小

栖本学校給食センター 担当: 宍倉 (TEL:0969-54-5333)



ひ	よう	しゅしよく	ぎゅう にゅう	おかず	おもなざいりょう			えいよう	
					きいろ	あか	みどり	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)
		節分給食	牛乳	うおそうめんじる ツナマヨサラダ せつぶんまめ	ねつやちからになる こめ さとう ぎょうそうめん	ちやにくやほねになる あつやきたまご ぎゅうにゅう わかめ だいず とうふ こんぶ ツナ のり	からだのちようしをととのえる たまねぎ にんじん キャベツ えのきたけ ねぎ しいたけ きゅうり	644	24.5
3	月	セルフてまき	牛乳	マカロニグラタン ウインナースープ	さとう マカロニ バター こむぎこ じゃがいも	ぎゅうにゅう チーズ とりこ ウインナー	こまつな ホールコーン チンゲンサイ たまねぎ	608	24.1
4	火	ミルクパン	牛乳	だいこんしょうがのスープ つくねのわふうたれ	こめ むぎ でんぶん ごま	ぎゅうにゅう とりこ つくね こんぶ	だいこん にんじん ねぎ しょうが れんこん はくさい	592	22.1
5	水	むぎごはん	牛乳	やきそば コールスローサラダ	さとう あぶら チャンポンめん	ぎゅうにゅう ぶたにく ちくわ かつおぶし ハム チーズ	にんじん たまねぎ キャベツ もやし ピーマン きゅうり コーン	592	24.6
6	木	天草宝島デー ～キャベ ～コッペパン	牛乳	にくじゃが ごしきあえ	こめ むぎ さとう あぶら じゃがいも こんにやく	ぎゅうにゅう ぶたにく たまご さつまあげ こんぶ	たまねぎ にんじん いんげん もやし ケール	599	20.5
7	金	むぎごはん	牛乳	しょうがやき てつぶんサラダ なめこのみそしる	こめ むぎ ごま	ぎゅうにゅう ぶたにく ハム とうふ あぶらあげ ひじき みそ	たまねぎ しょうが ねぎ こまつな だいこん えだまめ なめこ	675	28.6
10	月	天草宝島デー ～豚肉～	牛乳						
11	火			けんこくきねんぴ					
12	水	天草宝島デー ～ぼんかん～	牛乳	にくやさしいため とうふのすましじる くだもの(ぼんかん)	こめ むぎ	ぎゅうにゅう ぶたにく とうふ かまぼこ わかめ	しょうが にんにく キャベツ たまねぎ にんじん もやし ねぎ えのきたけ ぼんかん	611	27.5
13	木	パインパン	牛乳	たんたんめん ふゆやさいのドレッシングあえ	さとう ごまあぶら スパゲッティ	ぎゅうにゅう ぶたにく	しょうが もやし はくさい にんじん キャベツ ねぎ きくらげ にんにく だいこん コーン	616	24.8
14	金	バレンタイン給 食	牛乳	ハートのコロッケ ごぼうサラダ クリームシチュー	じゃがいも あぶら パンこ こむぎこ さとう こめ むぎ バター	ぎゅうにゅう とりこ	たまねぎ ごぼう キャベツ にんじん コーン こまつな	724	19.6
17	月	むぎごはん	牛乳	はるさめのちゅうかあえ あつあげのちゅうかに	こめ むぎ はるさめ さとう ごまあぶら でんぶん	ぎゅうにゅう ハム ぶたにく あつあげ さつまあげ	きくらげ きゅうり もやし たけのこ にんじん しいたけ たまねぎ いんげん	639	24.2
18	火	クリームチーズむしパン	牛乳	ポトフ ころころサラダ	さとう あぶら ホットケーキミックス じゃがいも	チーズ ぎゅうにゅう ウインナー だいず	にんじん たまねぎ しめじ キャベツ えだまめ かぼちゃ きゅうり	602	18.6
19	水	わかめごはん	牛乳	だいこんのそぼろに ぶたじる	こめ むぎ さとう	ぎゅうにゅう ぶたにく さつまあげ とうふ みそ だしりこ わかめ こんぶ	だいこん いんげん たまねぎ にんじん しょうが ごぼう ねぎ	642	27.2
20	木	ふるさとくまさんデー	牛乳	タイピーエン じゃこサラダ いきなりだんご	くるざとう はるさめ	ぎゅうにゅう ぶたにく かまぼこ ずうたら たまご ちりめん	しいたけ きくらげ たけのこ にんじん たまねぎ キャベツ ねぎ だいこん ほうれんそう	616	24.4
21	金	むぎごはん	牛乳	きくらげのサラダ はるまき やさしいスープ	こめ むぎ さとう あぶら ごまあぶら じゃがいも	ぎゅうにゅう はるまき とりこ	こまつな きゅうり はくさい にんじん きくらげ たまねぎ えのきたけ	628	18.1
24	月			ふりかえきゅうじつ					
25	火	天草宝島デー ～豚肉	牛乳	ふゆやさいカレー うめおかかあえ ももゼリー	こめ むぎ ごま さとう	とりこ ぎゅうにゅう ぶたにく かつおぶし	かぼちゃ たまねぎ にんじん もも ブロッコリー にんにく きゅうり れんこん だいこん うめ アガーこ	641	20.6
26	水	キムタクごはん	牛乳	さかなのパンこやき かきたまじる ブロッコリーあえ	こめ むぎ ごま オリーブゆ パンこ でんぶん さとう	ぶたにく ぎゅうにゅう チーズ ホキ かまぼこ とうふ たまご かつおぶし わかめ こんぶ	キムチ ねぎ たくあん にんじん たまねぎ えのきたけ ブロッコリー キャベツ	625	29.2
27	木	まるパン	牛乳	ナポリタン ソースカツ イタリアンサラダ	さと パンこ あぶら でんぶん オリーブゆ スパゲッティ	ぎゅうにゅう ぶたにく ウインナー	にんにく たまねぎ にんじん ピーマン マッシュルーム トマト きゅうり キャベツ コーン	693	27.9
28	金	むぎごはん	牛乳	てりやきチキン みずなだいこんのサラダ コーンポタージュ	こめ むぎ さとう オリーブゆ じゃがいも ポタージュ	ぎゅうにゅう とりこ しらす ベーコン	だいこん みずな にんじん コーン たまねぎ	722	27.2

※都合により、献立や食材が変更になる場合がございます。ご了承ください。

2月の天草産の食材



おこめ



しいたけ



いりこ



きくらげ



ぼんかん



ぶたにく

天草市養豚振興協議会様より天草市の子どもたちに豚肉をいただきました！