

2月学校給食よていこんだて表

日 よび (曜日)	牛乳	主食 ごはん・パン	献立 名	食品名					
				おもにエネルギーのもとになる食品(き)	おもに体をつくるもとになる食品(あか)	おもに体の調子を整えるもとになる食品(みどり)			
3 (月)		むぎごはん	いわしのくろずふうみ キャベツのしそあえ けんちんじる せつぶんまめ	こめ おおむぎ でんぶん さとう	しよくぶつゆ	とうふ いらだいず	ぎゅうにゅう いわし	ねぎ しそこ にんじん	キャベツ ごぼう こんにやく
4 (火)		げんりょう むぎごはん	カレーうどん なばなとキャベツのおかかあえ	こめ おおむぎ うどん でんぶん	しよくぶつゆ ごまあぶら	とりにく あぶらあげ かつおぶしけずり	ぎゅうにゅう	にんじん ねぎ なばな	たまねぎ キャベツ
5 (水)		ロールパン	クリームシチュー だいずサラダ	ロールパン こむぎこ じゃがいも さとう	しよくぶつゆ バター	とりにく だいず	ぎゅうにゅう	にんじん	たまねぎ しめじ キャベツ セロリー
6 (木)		ひじきごはん (むぎごはん)	きんときまめのあまに すましじる	こめ おおむぎ さとう	しよくぶつゆ	とりにく とうふ あぶらあげ きんときまめ	ぎゅうにゅう ひじき わかめ	にんじん こまつな ねぎ	ごぼう しめじ たまねぎ
7 (金)		ビビンバ (むぎごはん)	ワントンスープ	こめ おおむぎ さとう ワントンのかわ	しよくぶつゆ ごま ごまあぶら	ぎゅうにく あかみそ ぶたにく	ぎゅうにゅう	こまつな にんじん ねぎ	にんにく しょうが たけのこ もやし たまねぎ
10 (月)		むぎごはん	さわらのしょうがふうみやき あいませ しろみそしる	こめ おおむぎ さとう じゃがいも	ごま	さわら あぶらあげ とうふ しろみそ	ぎゅうにゅう わかめ	にんじん ねぎ	しょうが たまねぎ だいこん ごぼう ほししいたけ
12 (水)		こめこいりパン	さけのパンこやき ミネストローネ デコボン	こめこいりパン パンこ じゃがいも	オリーブゆ しよくぶつゆ	さけ ベーコン しろいんげんまめ	ぎゅうにゅう	パセリ にんじん トマトに	セロリー にんにく たまねぎ キャベツ デコボン
13 (木)		なめしごはん (むぎごはん)	さばのしおやき だいこんのみそしる	こめ おおむぎ	ごま ごまあぶら	さば あわせみそ	ぎゅうにゅう	なめしのもと にんじん ねぎ	たまねぎ もやし だいこん
14 (金)		セルフカツサンド (まるロールパン)	キャベツのマスタードあえ やさいスープ	まるロールパン パンこ こむぎこ さとう じゃがいも	しよくぶつゆ	とりにく	ぎゅうにゅう	にんじん	キャベツ たまねぎ
17 (月)		むぎごはん	さばのしょうがに はくさいとみずなのそくせきづけ あつあげのみそしる	こめ おおむぎ さとう じゃがいも		さば あつあげ あわせみそ	ぎゅうにゅう	みずな にんじん ねぎ	しょうが はくさい たまねぎ
18 (火)		むぎごはん	いかのあおさあげ こうみづけ のっぺいじる	こめ おおむぎ こめこ でんぶん さといも	しよくぶつゆ ごま	いか とりにく あぶらあげ	ぎゅうにゅう あおさ	にんじん ねぎ	キャベツ しょうが だいこん
19 (水)		こくとうパン	チンジュワーズ はるさめスープ りんごゼリー	こくとうパン でんぶん もちごめ はるさめ		ぶたにく	ぎゅうにゅう	にんじん ねぎ	しょうが ほししいたけ たまねぎ もやし りんごゼリー
20 (木)		むぎごはん	にくじゃがのうまに あたためどうふ こんぶのつくだに	こめ おおむぎ じゃがいも さとう	しよくぶつゆ ごま	ぶたにく とうふ	ぎゅうにゅう こんぶ	にんじん ねぎ	ほししいたけ いとこんにやく たまねぎ しょうが
21 (金)		きなこあげパン (ロールパン)	ポークビーンズ キャベツのあまずづけ	ロールパン さとう じゃがいも	しよくぶつゆ	きなこ ぶたにく だいず	ぎゅうにゅう	にんじん	にんにく セロリー たまねぎ キャベツ
25 (火)		むぎごはん	わかさぎのからあげ はくさいのしおこんぶあえ みすぎみそのみそしる	こめ おおむぎ でんぶん じゃがいも	しよくぶつゆ	あぶらあげ みすぎみそ	ぎゅうにゅう わかさぎ しおこんぶ	にんじん ねぎ	はくさい たまねぎ
26 (水)		こめこいりパン	とうふのグラタン ふゆやさいのスープ	こめこいりパン さとう じゃがいも	しよくぶつゆ	ぶたにく やきどうふ ベーコン	ぎゅうにゅう チーズ	にんじん	にんにく たまねぎ ごぼう だいこん はくさい
27 (木)		げんりょう むぎごはん	みそラーメン れんこんサラダ	こめ おおむぎ ちゅうかめん さとう	ラード ごまあぶら バター	ぶたにく あかみそ しろみそ まぐるオイルづけ	ぎゅうにゅう	にんじん ねぎ	にんにく しょうが たまねぎ もやし はくさい キャベツ れんこん コーン
28 (金)		こくとうパン	チーズはるまき チンゲンサイのスープ	こくとうパン こむぎこ はるまきのかわ	しよくぶつゆ	とりにく ぶたにく	ぎゅうにゅう チーズ	にんじん チンゲンサイ	たまねぎ もやし