

2月 学校給食予定献立表

令和4年度

上野小学校

日 (曜)	献立名	食品名					
		エネルギーになる食品(き)		体をつくる食品(あか)		体の調子を整える食品(みどり)	
		たんすいゆがが多い	しほがが多い	たんぱくしつが多い	むきしつが多い	カロテンが多い	その他のビタミンが多い
1 (水)	黒糖パン マカロニグラタン ジュリアンスープ 牛乳	こくとうパン こむぎこ マカロニ パンこ	しょくぶつゆ	とりにく ベーコン	ぎゅうにゅう なまクリーム チーズ	にんじん	たまねぎ キャベツ
2 (木)	麦ごはん いわしの甘露煮 みそ汁 ごま塩キャベツ 節分豆 牛乳	こめ おおむぎ さとう じゃがいも	ごま	あかみそ あぶらあげ だいず	ぎゅうにゅう いわし	ねぎ	しょうが たまねぎ もやし キャベツ
3 (金)	ロールパン さわらのハーブグリル ミネストローネ 牛乳	ロールパン パンこ じゃがいも	オリーブゆ	さわら ベーコン しろいんげんまめ	ぎゅうにゅう	にんじん トマトに パセリ	セロリー にんにく たまねぎ キャベツ
6 (月)	麦ごはん ヤンニョムチキン 春雨スープ ナムル 牛乳	こめ おおむぎ でんぶん さとう はるさめ	しょくぶつゆ ごまあぶら ごま	とりにく ぶたにく	ぎゅうにゅう	にんじん ねぎ ごまつな	にんにく しょうが たまねぎ もやし キャベツ
7 (火)	麦ごはん 一口おでん ごま酢和え 牛乳	こめ おおむぎ さとう	ごま	あつあげ あげボール うずらたまご	ぎゅうにゅう	にんじん チンゲンサイ	こんにやく だいこん キャベツ
8 (水)	ロールパン スコップコロッケ 白菜スープ 牛乳	ロールパン じゃがいも パンこ	しょくぶつゆ	ぶたにく ぶたレバーチップ ベーコン	ぎゅうにゅう	にんじん	たまねぎ はくさい
9 (木)	麦ごはん 高野豆腐の煮物 ごぼうのあえもの ひじきふりかけ 牛乳	こめ おおむぎ さとう	ごまあぶら ごま	とりにく こうやどうふ まぐろオイルづけ	ぎゅうにゅう ひじき	にんじん	ほししいたけ たまねぎ いとこんにやく ごぼう キャベツ
10 (金)	ロールパン(減量) 焼きそば シュガービーンズ 牛乳	ロールパン ちゅうかめん でんぶん さとう	しょくぶつゆ	ぶたにく かつおぶしけずり だいず	ぎゅうにゅう あおさ	にんじん	しょうが たまねぎ キャベツ もやし
13 (月)	麦ごはん さわらの南部焼き 沢煮椀 からしあえ 牛乳	こめ おおむぎ でんぶん	ごま	さわら ぶたにく あぶらあげ	ぎゅうにゅう	にんじん ねぎ ほうれんそう	ごぼう だいこん つきこんにやく もやし
14 (火)	ひじきごはん 白みそ汁 ココア蒸しパン 牛乳	こめ おおむぎ さとう こめこ	しょくぶつゆ	とりにく あぶらあげ とうふ しろみそ とうにゅう	ぎゅうにゅう ひじき	にんじん ねぎ	ごぼう しめじ だいこん はくさい
15 (水)	セルフツナサンド(ロールパン・ツナサラダ) コーンチャウダー 牛乳	ロールパン さとう こめこ じゃがいも	ドレッシング※ しょくぶつゆ	まぐろオイルづけ とりにく	ぎゅうにゅう なまクリーム	にんじん	たまねぎ キャベツ セロリー しめじ コーン
16 (木)	麦ごはん マーボー豆腐 はんぺん 牛乳	こめ おおむぎ さとう でんぶん はるさめ	しょくぶつゆ ごまあぶら	ぶたにく とうふ あかみそ	ぎゅうにゅう	ねぎ にんじん	にんにく しょうが たまねぎ キャベツ もやし
17 (金)	米粉入りパン さけの香味ソースかけ 野菜スープ 牛乳	こめこいりパン こめこ さとう じゃがいも	しょくぶつゆ ごまあぶら	さけ ベーコン	ぎゅうにゅう	にんじん	しょうが にんにく しろねぎ たまねぎ キャベツ
20 (月)	麦ごはん ポークカレー フレンチサラダ 牛乳	こめ おおむぎ じゃがいも こむぎこ さとう	しょくぶつゆ	ぶたにく	ぎゅうにゅう	にんじん	しょうが にんにく セロリー たまねぎ キャベツ
21 (火)	麦ごはん さばのみそ焼き のっぺい汁 白菜漬 牛乳	こめ おおむぎ さとう でんぶん	ごま	さば あわせみそ あぶらあげ	ぎゅうにゅう	にんじん ねぎ	だいこん こんにやく ほししいたけ はくさい
22 (水)	きなこ揚げパン 信田うどん 豊津小学校 6年ろ組 コールスロー 牛乳 千里ヶ丘小学校 6年1組	ロールパン さとう うどん	しょくぶつゆ	きなこ とりにく あぶらあげ	ぎゅうにゅう	にんじん ねぎ	たまねぎ キャベツ
24 (金)	ロールパン ポークビーンズ 小松菜と切り干し大根のサラダ 牛乳	ロールパン じゃがいも さとう	しょくぶつゆ	ぶたにく だいず まぐろオイルづけ	ぎゅうにゅう	にんじん ごまつな	にんにく セロリー たまねぎ きりぼしだいこん
27 (月)	麦ごはん 肉じゃがのうま煮 なばなとキャベツのごまあえ 牛乳	こめ おおむぎ じゃがいも さとう	しょくぶつゆ ごま	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう	にんじん なばな	ほししいたけ いとこんにやく たまねぎ キャベツ
28 (火)	麦ごはん わかさぎのからあげ 大根とがんもどきの煮物 おひたし 牛乳 千里ヶ丘小学校 6年3組	こめ おおむぎ でんぶん さとう	しょくぶつゆ	がんもどき	ぎゅうにゅう わかさぎ	にんじん ほうれんそう	しょうが だいこん こんにやく もやし

◆この献立は予定献立であり、食材の流通の事情等により、変更することがあります。
※卵を使用しないマヨネーズ風ドレッシングを使用します。ドレッシングと表記します。

食事の前には必ず石けんで手を洗い、手の甲、指の間、指先までしっかり洗いましょう。
給食当番の人はとくにていねいに手を洗い、清潔な白衣、ぼうし、マスクをつけましよう。

今月の給食
1月に続き、2月・3月には河芸町の小学6年生のみなさんが考えた給食の献立が登場します。
一所懸命に考えてくれた献立がたくさんあり、選ぶのがとても大変でした。
みなさんが食べたい献立が出てくるとよいですね。