

平成 31年 2月

学校給食献立予定表

上野小学校

ひつけ 日付 (曜日)	献立 名	使用材料 (つかう たべもの)					
		熱や力になる食品(きいろ)		血や肉・骨になる食品(あか)		体の調子を整える食品(みどり)	
1 (金)	ロールパン サケのムニエル 根菜のクリーム煮 牛乳	ロールパン こめこ コーンスターチ さとう	しょうぶつゆ	サケ とりにく	ぎゅうにゅう なまクリーム	にんじん こまつな	たまねぎ しょうが ごぼう
4 (月)	麦ごはん サワラのしょうが焼き 五目きんぴら キャベツともやしのしそあえ 節分豆 牛乳	こめ おおむぎ さとう	しょうぶつゆ	サワラ とりにく だいず	ぎゅうにゅう	にんじん しそこ	ごぼう もやし しょうが こんにやく
5 (火)	麦ごはん イワシのから揚げ みそ汁 キャベツともやしのごまあえ 牛乳	こめ おおむぎ でんぶん	しょうぶつゆ ごま	イワシ とうふ あかみそ	ぎゅうにゅう	にんじん こまつな	キャベツ もやし しょうが こんにやく
6 (水)	減量ロールパン 和風スパゲッティ わかめサラダ れんこんチップス 牛乳	げんりょうロールパン スパゲッティ さとう	しょうぶつゆ ごま	ぶたにく マグロあぶらづけ わかめ	ぎゅうにゅう	にんじん ねぎ	たまねぎ れんこん キャベツ ほししいたけ しめじ
7 (木)	麦ごはん みそおでん 白菜と春菊のおかかあえ いよかん 牛乳	こめ おおむぎ さとう	しょうぶつゆ	うずらたまご あげボール あつあげ あかみそ	ぎゅうにゅう けずりぶし	にんじん しゅんぎく	だいこん こんにやく はくさい
8 (金)	ロールパン 焼きサバのトマトソースかけ ポテトサラダ カレースープ 牛乳	ロールパン こめこ じゃがいも さとう	しょうぶつゆ	サバ とうふ	ぎゅうにゅう	にんじん こまつな	キャベツ たまねぎ
12 (火)	減量麦ごはん きつねうどん 白菜漬 牛乳	こめ おおむぎ うどん さとう	ごま	とりにく あぶらあげ	ぎゅうにゅう	にんじん ねぎ	はくさい たまねぎ
13 (水)	ロールパン イカの青のり揚げ じゃがいものポタージュ 手づくりりんごジャム 牛乳	ロールパン こめこ・でんぶん じゃがいも さとう	しょうぶつゆ	イカ なまクリーム あおのり	ぎゅうにゅう	にんじん こまつな	たまねぎ セロリ りんご
14 (木)	麦ごはん 焼きシシャモ 肉じゃがのうま煮 納豆みそ 牛乳	こめ おおむぎ じゃがいも さとう	しょうぶつゆ	シシャモ ぎゅうにく ぶたにく なっとう・あかみそ	ぎゅうにゅう ししゃも	にんじん こまつな	たまねぎ ほししいたけ こんにやく
15 (金)	ロールパン ブロッコリーコロッケ 添キャベツ 白菜スープ 牛乳	ロールパン こむぎこ・パンこ じゃがいも さとう	しょうぶつゆ	ぶたにく ひじき	ぎゅうにゅう	にんじん こまつな ブロッコリー	はくさい たまねぎ キャベツ
18 (月)	麦ごはん サバの塩焼き 五目豆 ほうれん草ともやしの磯香あえ 牛乳	こめ おおむぎ さとう	しょうぶつゆ	サバ とりにく だいず	ぎゅうにゅう こんぶ きざみのり	にんじん ほうれんそう	もやし ごぼう ほししいたけ こんにやく
19 (火)	麦ごはん ワカサギの南蛮漬 高野豆腐の煮物 もやしとチンゲンサイのごまあえ 牛乳	こめ おおむぎ でんぶん さとう	しょうぶつゆ ごま	ワカサギ とりにく こうやどうふ	ぎゅうにゅう	にんじん チンゲンサイ ねぎ	たまねぎ もやし しょうが ほししいたけ こんにやく
20 (水)	黒糖パン 珍珠丸子 中華めん入りスープ 牛乳	こくとうパン ちゅうかめん もちごめ でんぶん	しょうぶつゆ	ぶたにく とりにく	ぎゅうにゅう	にんじん こまつな ねぎ	たまねぎ もやし しょうが ほししいたけ
21 (木)	わかめごはん がんもどきの含め煮 石狩汁 小松菜ともやしのおかかあえ 牛乳	こめ おおむぎ さとう	しょうぶつゆ	サケ がんもどき しろみそ わかめ	ぎゅうにゅう けずりぶし わかめ	にんじん こまつな ねぎ	もやし だいこん しめじ こんにやく
22 (金)	米粉入りパン 津ぶっこバーグ 春雨スープ 大里みかん 牛乳	こめこいりパン こめこ はるさめ さとう		ぶたにく とりにく おから みさとみそ	ぎゅうにゅう	にんじん こまつな ねぎ	たまねぎ キャベツ しょうが たけのこみずに みかん
23 (土)	麦ごはん 豆腐のカレー 大根サラダ 牛乳	こめ・おおむぎ こむぎこ じゃがいも さとう	しょうぶつゆ ごま	とうふ ぶたにく	ぎゅうにゅう	にんじん	たまねぎ しょうが だいこん セロリ にんにく
26 (火)	チキンライス 野菜スープ ココア蒸しパン 牛乳	こめ・おおむぎ こめこ じゃがいも さとう	しょうぶつゆ	とりにく だいず とうにゅう	ぎゅうにゅう	にんじん こまつな	たまねぎ キャベツ マッシュルームみずに
27 (水)	ロールパン チリコンカン ごぼうサラダ 牛乳	ロールパン さとう	しょうぶつゆ ごま	ぎゅうにく とりにく マグロあぶらづけ きんときまめ	ぎゅうにゅう	にんじん こまつな	たまねぎ ごぼう にんにく セロリ こんにやく
28 (木)	ひじきごはん 豚汁 粉ふきいも 牛乳	こめ おおむぎ じゃがいも さとう	しょうぶつゆ	とりにく ぶたにく とうふ・あぶらあげ みさとみそ	ぎゅうにゅう ひじき	にんじん ねぎ	だいこん ごぼう しめじ こんにやく

※天候などにより、急に献立を変更する場合がありますので、ご理解いただきますようお願いいたします。