



2月 学校給食献立予定表



廿日市市立大野学校給食センター

日・曜	こ ん だ て め い	お も な ざ い り ょ う			エネルギー (キロカロリー) 基準値 (小) 650 (中) 830	塩分(グラム) 基準値 (小) 2.0未満 (中) 2.5未満
		黄(き)	赤(あか)	緑(みどり)		
		ねつや力のもとになる	体をつくる	体の調子をととのえる		
1・水	ぎゅうにくどんぶり 牛乳 もやしのちゅうかあえ いよかん ★食べようデイ	こめ こめあぶら さとう ごま ごまあぶら	牛乳 ぎゅうにく ちくわ	たまねぎ にんじん いとこんにゃく ねぎ にら もやし きくらげ いよかん	641	2.0
					819	3.0
2・木	はいがパン 牛乳 チリコンカン いもいもサラダ〔1食用マヨネーズ〕	パン(さとう バター こむぎはいが) さとう オリーブあぶら さつまいも じゃがいも アーモンド マヨネーズ	牛乳 きんときまめ ぶたにく ハム	たまねぎ にんじん にんにく パセリ トマト きゅうり	720	2.5
					890	3.0
3・金	ごはん 牛乳 いわしのかばやき ★節分献立 レモンふうみだいこん ごじる	こめ でんぷん さとう なたねあぶら ごま さといも	牛乳 いわし だいず とりにく あぶらあげ みそ	しょうが だいこん レモン ごぼう にんじん まいたけ ねぎ	699	2.1
					903	2.8
6・月	ごはん 牛乳 なまあげのちゅうかに きりぼしだいこんのナムル	こめ こめあぶら さとう ごまあぶら でんぷん ごま	牛乳 とりにく なまあげ しらすぼし こんぶ	にんじん たけのこ たまねぎ ほししいたけ しょうが チンゲンサイ きくらげ きりぼしだいこん こまつな	633	1.4
					807	1.8
7・火	ミニこくとうパン 牛乳 ★郷土料理の日(江田島市) だいずうどん ★ひろしま給食メニュー 〔1食用うどん〕 うみとだいちのチヂミックス 卵除去食	パン(くろざとう) うどん こめあぶら じゃがいも こめこ ごまあぶら	牛乳 だいず あぶらあげ たこ ぶたにく チーズ たまご	たまねぎ なましいたけ にんじん はくさい ねぎ わけぎ トマト	660	2.8
					816	3.7
8・水	ごはん 牛乳 ちゃんこなべふう はるさめのすのもの	こめ はるさめ べにばなあぶら さとう	牛乳 とりにく ぶたにく とうふ あぶらあげ あかみそ ちくわ しらすぼし	にんじん ごぼう だいこん たまねぎ きくらげ はくさい にら ほうれんそう	588	2.0
					749	2.7
9・木	ツイストパン 牛乳 てぼうまめのクリームシチュー かみかみサラダ	パン(さとう バター) じゃがいも バター こめこ アーモンド ごま さとう べにばなあぶら	牛乳 てぼうまめ ベーコン しろいんげんまめのペースト こなチーズ ハム かえりいりこ	にんじん たまねぎ しめじ パセリ キャベツ こまつな	748	2.7
					963	3.5
10・金	ごはん 牛乳 ★中3リクエスト給食 クリスピーチキン ブロッコリーのおかかあえ たまごとわかめのスープ 卵除去食	こめ こむぎこ さとう コーンフレーク ごまあぶら なたねあぶら でんぷん べにばなあぶら	牛乳 とりにく かつおぶし わかめ たまご とうふ	しょうが にんにく ブロッコリー コーン たまねぎ しめじ きくらげ ねぎ	698	2.2
					876	2.7
13・月	ごはん 牛乳 だいこんのそぼろに もずくとながいものみそしる りんご	こめ こめあぶら さとう ながいも	牛乳 とりにく なまあげ さつまあげ もずく ちくわ みそ	だいこん にんじん こんにゃく たまねぎ チンゲンサイ りんご	567	2.3
					728	2.9
14・火	コーンピラフ 牛乳 ポトフ おからドーナツ	こめ こむぎこ じゃがいも バター さとう なたねあぶら	牛乳 とりにく ウインナー おから きなこ	たまねぎ にんじん コーン パセリ セロリ キャベツ しめじ	729	1.8
					962	2.4
15・水	ごはん 牛乳 わかめのジュージュ だいずいりおやこに はくさいのごまあえ 卵除去食	こめ じゃがいも さとう ごま ねりごま こめあぶら	牛乳 とりにく たまご だいず あぶらあげ わかめ かつおぶし	にんじん たまねぎ ねぎ はくさい もやし コーン	674	2.0
					870	2.7
16・木	リッチパン 牛乳 ホキのガーリックパンこやき こふきいも ジュリアンスープ	パン(さとう バター) パンこ オリーブあぶら べにばなあぶら じゃがいも	(たまご) 牛乳 ホキ こなチーズ ベーコン	にんにく パセリ キャベツ たまねぎ セロリ にんじん	614	2.9
					777	3.8
17・金	ごはん 牛乳 ひきずり(とりにくのすきやき) だいこんなます	こめ さとう ごま	牛乳 とりにく ごま やきどうふ ふ わかめ さつまあげ しらすぼし	にんじん たまねぎ はくさい いとこんにゃく しゅんぎく しろねぎ だいこん	584	1.7
					743	2.5
20・月	とりそぼろどんぶり 牛乳 ゆきけし ★郷土料理の日 デコポン (庄原市) 卵除去食	こめ こめあぶら さとう しらたまもち	牛乳 とりにく たまご とうふ かまぼこ	しょうが たまねぎ にんじん えだまめ はくさい こまつな デコポン	647	1.9
					830	2.5
21・火	ミニチーズパン 牛乳 やきそば ★中3リクエスト給食 フルーツポンチ	パン(さとう バター) ちゅうかめん ごまあぶら くろざとう さとう	(たまご チーズ) 牛乳 ぶたにく ちくわ あおのり	たまねぎ にんじん キャベツ もやし ねぎ パイン缶 みかん缶 もも缶	670	2.9
					873	3.9
22・水	ごはん 牛乳 ★食育の日: にじますのからあげ 和食の基本献立 ほうれんそうとだいずのおひたし じゃがいものみそしる	こめ でんぷん なたねあぶら さとう じゃがいも	牛乳 にじます だいず わかめ かつおぶし あぶらあげ みそ	ほうれんそう もやし たまねぎ にんじん えのきたけ ねぎ	682	2.1
					881	2.9
24・金	チキンカレーライス 牛乳 ★中3リクエスト給食 コーンサラダ	こめ(おおむぎ) バター じゃがいも はちみつ こめこ さとう べにばなあぶら	牛乳 とりにく ヨーグルト ツナ	たまねぎ にんじん にんにく しょうが コーン キャベツ	640	1.9
					835	2.3
27・月	ごはん 牛乳 ちくぜんに ★かむかむ献立 わかめのすのもの	こめ こめあぶら さといも さとう ごま	牛乳 とりにく なまあげ わかめ しらすぼし ちくわ	ごぼう れんこん だいこん にんじん こんにゃく さやいんげん なましいたけ キャベツ	601	1.6
					767	2.2
28・火	ごはん 牛乳 ししゃものごまあげ はくさいのこんぶあえ みぞれじる	こめ こむぎこ くろごま なたねあぶら でんぷん	牛乳 ししゃも こんぶ とりにく あぶらあげ	はくさい にんじん しめじ だいこん みずな	659	1.6
					849	2.2

* ()は、パン、ごはんに入っている材料、〔 〕は1食用小袋のものです。
* 詳しい材料が示してある、「学校給食献立別使用食材一覧表」を各学校に送っています。必要な方は、担任の先生までお申し出ください。
* エネルギーと塩分(減塩の取り組みから)を栄養表示として示しています。参考にしてください。
* 都合により、献立や食材料を変更することがありますのでご了承ください。
* アレルギー対応として、これまでお子さんが食べたことがない食べ物が出ている場合は、念のため、ご家庭で事前に食べる経験をしておく等、ご配慮ください。
* 7日(火)1食用うどんと、21日(火)焼きそば用中華麺は、同じ製造ラインで、卵を使った麺、日本そばを製造しています。

かつ こんだて
2月の献立のわらいは。
「**豆**のよさやおいしさを**し**らう」です！
どんな料理に、どんな豆が使われてい
るか、**探**しながら**食**べてくださいね。

