

学校給食予定献立表



2月の給食目標
バランスよく食べよう!

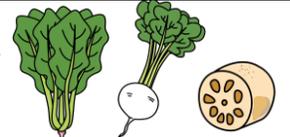


献立名	使用材料	グラム	き	あか	みどり	エネルギー (カロリー)	献立名	使用材料	グラム	き	あか	みどり	エネルギー (カロリー)
15日(木)	ぎゅうにゅう	206		○		小(低)	19日(月)	ぎゅうにゅう	206		○		小(低)
ぎゅうにゅう	こめ	80	○			530	ぎゅうにゅう	こめ	80	○			563
ごはん	ゆかり	1袋				小(高)	ごはん	さのたまあじつけのり	1袋	○			小(高)
ゆかり	ぶたにく	30		○		600	とりにく	とりにく	40	○			641
あつあげのわふうに	あつあげ	40		○		中・高	さのたま	とうふ	25	○			794
きりぼしだいこんのピリからいたため	にんじん	15			○	736	あじつけのり	にんじん	10		○		
	しいたけ	5			○		とりにくと	たまねぎ・キャベツ	30		○		
	はくさい	35			○		やさいの	もやし・ブロッコリー	20		○		
	たけのこ	10			○		しおこうじため	しめじ	5		○		
	きやいんげん	8			○		ちゃんこじる	にんにく・しょうが	0.5		○		
	こんにゃく	10	○					あぶら	1	○			
	しょうが	0.5			○			しおこうじ	8				
	うすくちしょうゆ	4						さけ・こしょう					
	さけ	2						だしじる					
	みりん	1.5						にくだんご	45		○		
	しお	0.1						こんにゃく	10	○			
	だしじる							だいこん・たまねぎ	15			○	
	ベーコン	8		○				あおねぎ	3			○	
	きりぼしだいこん	5			○			にんじん	10			○	
	ピーマン	10			○			みそ	6		○		
	にんじん	10			○			しょうゆ・こしょう					
	ごまあぶら	0.5	○					だしじる					
	しょうゆ	1											
	さとう	1					20日(火)	ぎゅうにゅう	206		○		小(低)
	さけ	0.5					ぎゅうにゅう	こめ	80	○			556
	トウバンジャン						ごはん	ぶたにく	30		○		小(高)
	だしじる						みそチゲ	とうふ	30		○		626
							かぶのナムル	はくさい・たまねぎ	30			○	中・高
16日(金)	ぎゅうにゅう	206		○		小(低)	りんごゼリー	じゃがいも	30	○			759
ぎゅうにゅう	コッペパン	50	○			558		しめじ・にら	5		○		
コッペパン	はちみつ	1袋	○			小(高)		にんにく・しょうが			○		
はちみつ	とりにく	60		○		613		あぶら	1	○			
タンドリーチキン	しお					中・高		トウバンジャン			○		
れんこんのサラダ	こしょう					758		みそ	8				
ウインナーとやさいのスープ	にんにく	0.3			○			しょうゆ・さけ・みりん					
	しょうが	0.3			○			とりがらスープ					
	とうにゅう	8			○			やさいブイヨン	0.2				
	ケチャップ	5						かぶ・かぶのは	15			○	
	レモンじる	0.5			○			だいずもやし	25			○	
	しろワイン	1						にんじん	10			○	
	カレーこ	0.3						さとう	1.3	○			
	ウスターソース	1.5						しょうゆ・す	2.8				
	ツナ	10			○			ごま・ごまあぶら			○		
	こまつな	15			○			りんごゼリー	1個	○			
	にんじん	10			○								
	れんこん	20			○		21日(水)	ぎゅうにゅう	206		○		小(低)
	しょうゆ	2.7					ぎゅうにゅう	ハニーバンズ	50	○			550
	さとう	1.4	○				ハニーバンズ	アジフライ	50	○	○		小(高)
	すりごま	0.9	○				アジフライ	キャベツ	30			○	606
	エッグケアマヨネーズ	1.4	○				アジフライ	だいこん・にんじん	15			○	
	ウインナー	15		○			アジフライ	セロリ	5			○	中・高
	じゃがいも	25	○				アジフライ	りんごす	4.5				712
	たまねぎ	15			○		アジフライ	オリーブオイル	2.3	○			
	にんじん	10			○		アジフライ	だいこんの	2	○			
	えのきだけ	5			○		アジフライ	カレーこ・しお・こしょう					
	きやいんげん	8			○		アジフライ	ウインナー	10		○		
	しろワイン	1					アジフライ	にんじん	10			○	
	うすくちしょうゆ	0.5					アジフライ	たまねぎ	35			○	
	とりがらスープ						アジフライ	しめじ・ホールコーン	5			○	
	しお	0.3					アジフライ	ソテードオニオン				○	
	こしょう	0.01					アジフライ	パセリ	0.05			○	
	みず						アジフライ	オリーブオイル	1	○			
							アジフライ	しお・こしょう・とりがらスープ					

(仕入材料等の都合により、献立を変更する場合がありますのでご了承ください。)

学校給食予定献立表

冬野菜がたくさん
入っているよ!



献立名	使用材料	グラム	き	あか	みどり	エネルギー (カロリー)	献立名	使用材料	グラム	き	あか	みどり	エネルギー (カロリー)
22日(木)	ぎゅうにゅう	206		○		小(低)	28日(水)	ぎゅうにゅう	206		○		小(低)
ぎゅうにゅう	こめ	80	○			543	ぎゅうにゅう	バターロール	40	○			566
おやこどん	とりにく	40		○			スパゲティ	40	○				
すましじる	たまご	40		○		小(高)	バターロール	ベーコン	20		○		小(高)
	うすあげ	10		○		620	ベーコンと	たまねぎ	40			○	610
	たまねぎ	40			○	中・高	きのこの	しめじ	8			○	752
	にんじん	10			○	768	トマトクリーム	まいたけ	5			○	
	しろねぎ	8			○		パスタ	ほうれんそう	15			○	
	うすくちしょうゆ	6					パスタ	マッシュルーム	5			○	
	さとう	3.5	○				ブロッコリーと	にんにく	0.5			○	
	みりん・さけ	2					コーンのサラダ	トマトみずに	30			○	
	かたくりこ	1						オリーブオイル	3	○			
	だしじる							あかワイン	2				
	とうふ	15			○			ケチャップ	10				
	はくさい	20			○			とうにゅう	15			○	
	にんじん	8			○			とりがらスープ					
	えのきだけ	5			○			しお・こしょう					
	わかめ	0.5			○			やさしいブイヨン					
	かまぼこ	10			○			ブロッコリー	35			○	
	うすくちしょうゆ・さけ・しお							ホールコーン	10			○	
	だしじる・こんぶだし							にんじん	10			○	
								しょうゆ	1.3				
26日(月)	ぎゅうにゅう	206		○		小(低)		りんごす	2.8				
ぎゅうにゅう	こめ	75	○			532		さとう	0.5	○			
ツナピラフ	やさしいブイヨン							しお・こしょう					
	ツナ	25		○		小(高)		あぶら	1.4				
	たまねぎ	30			○	607	29日(木)	ぎゅうにゅう	206		○		小(低)
ふゆやさいの	ホールコーン	10			○	中・高	ぎゅうにゅう	こめ	80	○			578
コンソメスープ	マッシュルーム	5			○	734	ビビンバ	ぎゅうミンチ	40		○		小(高)
ぶどうヨーグルト	オリーブオイル	3	○					ぜんまい	5			○	659
	しろワイン	2						ほししいたけ	0.5			○	
	しお・こしょう	0.1						たけのこ	10			○	
	ウインナー	20			○			しょうが	0.3			○	中・高
	たまねぎ・にんじん	15			○			あぶら	0.5	○			819
	じゃがいも	10	○					しょうゆ・さけ					
	しめじ	5			○			さとう	3	○			
	ほうれんそう	15			○			ほうれんそう	20			○	
	オリーブオイル	1	○					だいずもやし	25			○	
	うすくちしょうゆ	0.5						にんじん	15			○	
	しろワイン	1						さとう	1.3	○			
	とりがらスープ・しお・こしょう							しょうゆ・す					
	やさしいブイヨン	0.2						ごま				○	
	ぶどうヨーグルト	1個			○			ごまあぶら				○	
								トック	20			○	
27日(火)	ぎゅうにゅう	206		○		小(低)		ぶたにく	10			○	
ぎゅうにゅう	こめ	80	○			539		ちんげんさい	10			○	
ごはん	やさしいふりかけ	1袋						たまねぎ	30			○	
	とうふハンバーグ	50			○	小(高)		にら	5			○	
	たまねぎ・はくさい	20			○	602		あぶら	0.5	○			
やさしいふりかけ	にんじん	10			○	中・高		しょうゆ・さけ	2				
	しめじ	5			○	732		しお・こしょう					
とうふバーグ	あぶら	1	○					とりがらスープ					
やさしいあんかけ	しょうゆ・みりん							かたくりこ	1				
	かたくりこ	1											
さわにわん	だしじる												
	ぶたにく	20			○								
	うすあげ	10			○								
	だいこん	15			○								
	にんじん・たけのこ	10			○								
	あおねぎ	5			○								
	うすくちしょうゆ	1.5			○								
	さけ・しお・こしょう												
	だしじる・だしこんぶ												



2月29日 ビビンバ

2月29日の「ビビンバ」は、12月9日に行われた高等部
2、3年生の選挙学習で行われた給食メニュー
総選挙により選ばれたものです。



(仕入材料等の都合により、献立を変更する場合がありますのでご了承ください。)