

令和4年2月分			学 校 給 食 献 立 表			★は茶わんの日、◆は新献立のある日です		
2/1 火 ～ 2/28 月								
実 施 日	献 立 名	食 品 名	実 施 日	献 立 名	食 品 名			
2/1 火	コッペパン 牛乳 ボルシチ フレンチサラダ	【パン 【牛肉、たまねぎ、じゃがいも、キャベツ、にんじん、ピーツ、パセリ、にんにく、油、ポーンストック、ケチャップ、トマトピューレ、ウスターソース、赤ぶどう酒、塩、砂糖、こしょう、ベイリーフ、〈水〉 【キャベツ、きゅうり、にんじん、セロリー、酢、サラダ油、砂糖、しょうゆ濃、塩、こしょう	2/15 火 はし	ミニいもパン 牛乳 ビーフンソテー いかのフライ	【パン、さつまいも 【ビーフン、ぶた肉、かまぼこ、キャベツ、たまねぎ、にんじん、ねぎ、油、ポーンストック、しょうゆ淡、ごま油、塩、こしょう 【いか、塩、こしょう、パン粉、小麦粉、〈水〉、油			
2/2 水 ★ はし	ごはん 牛乳 かんとう煮 ひじきの炒め煮	【米 【とり肉、こんにやく、あつあげ、ささがきてんぷら、じゃがいも、だいこん、にんじん、さやいんげん、しょうゆ濃、しょうゆ淡、三温糖、みりん、けずりぶし、〈水〉 【牛肉、うすあげ、めひじき、にんじん、油、しょうゆ濃、三温糖、みりん、けずりぶし、〈水〉	2/16 水 ★ はし	ごはん 牛乳 かき卵汁 さばのみそ煮	【米 【とり肉、たまご、かまぼこ、はくさい、にんじん、みつば、しょうゆ淡、みりん、塩、けずりぶし、〈水〉 【さば、土しょうが、みそ、三温糖、酒、みりん、〈水〉			
2/3 木 ★ はし	ごはん 牛乳 みそ汁 いわしのかば焼き風	【米 【とり肉、たまねぎ、えのきたけ、にんじん、ねぎ、みそ、けずりぶし、〈水〉 【いわし、でんぶん、油、レモン、しょうゆ濃、みりん、三温糖	2/17 木 ★ はし	ごはん 牛乳 とうふチゲ あえもの	【米 【ぶた肉、とうふ、キャベツ、はくさいキムチ、ニラ、にんじん、油、ポーンストック、赤だしみそ、しょうゆ濃、しょうゆ淡、塩、こしょう、トウバンジャン、〈水〉 【ちくわ、チンゲンサイ、はくさい、にんじん、しょうゆ濃、みりん			
2/4 金 ★ はし	ごはん 牛乳 八宝菜 パオシュウ	【米 【ぶた肉、むきえび、酒、いか、たまねぎ、はくさい、チンゲンサイ、もやし、にんじん、たけのこ、干しいたけ、油、ポーンストック、しょうゆ淡、ごま油、塩、こしょう、でんぶん、〈水〉 【パオシュウ、油	2/18 金 はし	ココアパン 牛乳 かぶのスープ ピザ風おこのみ焼き	【パン、バター、ココアパウダー、砂糖 【とり肉、かぶ(葉付き)、たまねぎ、にんじん、油、ポーンストック、とりがらスープ、しょうゆ淡、塩、こしょう、ベイリーフ、〈水〉 【ベーコン、塩、こしょう、キャベツ、コーン、とけるチーズ、小麦粉、たまご、ながいも、〈水〉、塩、油、ケチャップ、チリソース、〈水〉			
2/7 月 ★ はし	ひじきごはん 牛乳 豚汁 高野豆腐の卵とじ	【米、めひじき、うすあげ、にんじん、しょうゆ濃、酒、みりん、塩、けずりぶし、〈水〉 【ぶた肉、つきこんにやく、さつまいも、たまねぎ、ごぼう、だいこん、にんじん、ねぎ、みそ、けずりぶし、〈水〉 【こうやどうふ、たまご、たまねぎ、にんじん、さやいんげん、干しいたけ、しょうゆ淡、三温糖、酒、しょうゆ濃、けずりぶし、〈水〉	2/21 月 ★ はし	わかめごはん 牛乳 すまし汁 けんちんあげ	【米、干しわかめ、塩、白ごま、〈水〉 【とり肉、はくさい、えのきたけ、にんじん、ねぎ、しょうゆ淡、みりん、塩、けずりぶし、〈水〉 【とうふ、ちくわ、つきこんにやく、にんじん、ごぼう、めひじき、小麦粉、でんぶん、しょうゆ淡、砂糖、油			
2/8 火 はし	ミニくるみパン 牛乳 スパゲティナポリタン レモンあえ	【パン、くるみ 【スパゲティ、ハム、ぶた肉、たまねぎ、にんじん、マッシュルーム、ピーマン、にんにく、粉チーズ、油、ケチャップ、トマトピューレ、とんかつソース、塩、こしょう 【いか、キャベツ、きゅうり、にんじん、レモン、しょうゆ淡、砂糖、みりん	2/22 火 はし	ミニごまパン 牛乳 あんかけうどん しゅんぎくのおひたし	【パン、白ごま 【うどん、とり肉、チンゲンサイ、はくさい、にんじん、土しょうが、しょうゆ淡、酒、みりん、でんぶん、けずりぶし、〈水〉 【はくさい、しゅんぎく、にんじん、しめじ、しょうゆ濃、みりん、けずりぶし、〈水〉			
2/9 水 ★ はし	ごはん 牛乳 のっぺい汁 さわらの柚庵焼き	【米 【とり肉、こんにやく、だいこん、さといも、ごぼう、にんじん、土しょうが、油、しょうゆ淡、みりん、酒、塩、でんぶん、けずりぶし、〈水〉 【さわら、ゆず、しょうゆ濃、酒、みりん、三温糖、油	2/24 木 ◆	コッペパン 牛乳 シュクメルリ 白菜とひじきのサラダ	【パン 【とり肉、ベーコン、じゃがいも、たまねぎ、にんじん、にんにく、コリアンダー、オリーブ油、牛乳、チーズソース、マーガリン、小麦粉、塩、こしょう、ベイリーフ、〈水〉 【はくさい、きゅうり、にんじん、はなかつお、めひじき、サラダ油、しょうゆ淡、酢、塩			
2/10 木	ミニアップルパン 牛乳 中華風ごもく煮 あまずあえ	【パン、ドライアップル 【ぶた肉、だいず、じゃがいも、たまねぎ、にんじん、さやいんげん、干しいたけ、油、ポーンストック、しょうゆ濃、しょうゆ淡、三温糖、塩、でんぶん、〈水〉 【ツナ、きゅうり、干しわかめ、酢、砂糖、しょうゆ濃、みりん	2/25 金 ★ はし	ごはん 牛乳 豚肉と厚揚げの炒め煮 焼きししゃも	【米 【ぶた肉、あつあげ、はくさい、こまつな、にんじん、油、しょうゆ濃、三温糖、みりん 【ししゃも、油			
2/14 月	こんさいカレー 牛乳 フルーツミックス	【米、げんまい、牛肉、たまねぎ、さつまいも、だいこん、にんじん、れんこん、にんにく、土しょうが、油、ポーンストック、小麦粉、マーガリン、純カレー粉、しょうゆ濃、ウスターソース、ケチャップ、チャツネ、塩、三温糖、こしょう、ベイリーフ、〈水〉 【みかん、パイナップル、黄桃、シロップ	2/28 月	サーモンピラフ 牛乳 たまごスープ ごまあえ	【米、鮭(フレーク)、たまねぎ、トマト水煮、コーン、マッシュルーム、油、とりがらスープ、ケチャップ、白ぶどう酒、塩、〈水〉 【ベーコン、たまご、たまねぎ、にんじん、パセリ、ポーンストック、とりがらスープ、しょうゆ淡、塩、こしょう、ベイリーフ、〈水〉 【ちくわ、ブロックリー、にんじん、白ごま、しょうゆ濃、砂糖、みりん			
●パンは個包装にされたものが提供されます。持ち帰りは出来ません。 ●毎月の給食だよりや献立表は、教育委員会のホームページからもご覧いただけます。						●魚には骨がありますので、気を付けてよくかんで食べましょう。 ●都合により献立を変更する場合がありますので、ご了承がいます。		

児童1人1回あたり
平均栄養量

	エネルギー kcal	たんぱく質 g	脂質 g	カルシウム mg	マグネシウム mg	鉄 mg	亜鉛 mg	ビタミンA μgRAE	ビタミンB1 mg	ビタミンB2 mg	ビタミンC mg	食物繊維 g	食塩 g
学年 1・2年	527	22.3	18.1	317	76	1.6	2.4	172	0.37	0.51	19	2.9	2
学年 3・4年	605	25.3	20.1	337	87	2	2.8	194	0.43	0.55	23	3.6	2.3
学年 5・6年	683	28.4	22.1	357	99	2.3	3.1	216	0.5	0.6	28	4.3	2.8

◎ 都合により献立を変更する場合がありますので、ご了承がいます。

お願い
給食費を滞納されますと、「食材の購入・支払い」や「献立の内容」等に影響が及ぶますので、毎月の給食費の口座引落しに、ご協力をお願いします。