

2 月 分 学 校 給 食 献 立 表

○ 小松島産の食材

日	曜	献立名		食 品 名			熱量 kcal
				血やきん肉やほねをつくる(赤)	ねつやカのもとになる(黄)	体のちようしをどとのえる(緑)	
1	水	こめこ コッペパン	ポークビーンズ ひじきサラダ	ぶたにく だいす ひじき まぐろみず ぎゅうにゅう	じゃがいも パター さとう こめこパン	にんじん たまねぎ バセリ にんにく コーン きゅうり	587
2	木	ごはん	いわしのうめに おひたし きんぴらごぼう	いわしのうめに ぎゅうにく さつまあげ ぎゅうにゅう	さとう あぶら ごま こめ	こまつな にんじん ごぼう こんにゃく さやいんげん	569
3	金	(しよくパン 2まい)	セルフフィッシュカツサンド (カットン・キャベツ・マヨネーズ) ABCマカロニスープ せつぶんまめ	カツてん とりにく せつぶんまめ ぎゅうにゅう	あぶら マヨネーズ マカロニ しよくパン	キャベツ にんじん コーン こまつな はくさい ほししいたけ	619
6	月	ごはん	すきやき きゅうりとわかめのすのもの	ぎゅうにく ぶたにく やきどうふ わかめ ちりめん ぎゅうにゅう	やきふ あぶら さとう ごま こめ	こんにゃく にんじん はくさい だいこん たまねぎ きょうねぎ きゅうり ゆず	601
7	火	ごはん	しろみざかなのあげてりに そくせきづけ かきたまじる	さわら こんぶ かまぼこ たまご ぎゅうにゅう	てんぷん あぶら さとう こめ	キャベツ にんじん たまねぎ えのきだけ はくさい ねぎ	635
8	水	こがた こめこパン コッペパン	カレーうどん さんしよくサラダ	とりにく ハム ぎゅうにゅう	うどん カレールウ あぶら こめこパン	たまねぎ にんじん こまつな ねぎ キャベツ ブロッコリー コーン	600
9	木	ごはん	マーボーどうふ パンパンジー	とうふ ぶたにく レンズまめ えだまめ みそ ささみ ぎゅうにゅう	さとう あぶら てんぷん こめ	たまねぎ にんじん だけのこ ほししいたけ しょうが にんにく きゅうり コーン	608
10	金	こめこ コッペパン	にこみハンバーグ やさいスープ ヨーグルト	ハンバーグ ベーコン ヨーグルト ぎゅうにゅう	さとう こめこパン	たまねぎ しめじ えのきだけ トマトピューレ はくさい にんじん ほうれんそう	571
13	月	ごはん	やきにく てづくりふりかけ	ぎゅうにく ぶたにく みそ ちりめん かたおふし こんぶ ぎゅうにゅう	あぶら さとう ごま ごまあぶら こめ	たまねぎ にんじん キャベツ ピーマン ヤングコーン にんにく りんご	640
14	火	ごはん	ぶたにくとだいこんのもの ささみとあかじそのあえもの	ぶたにく さつまあげ えだまめ ささみ ぎゅうにゅう	さとう あぶら こめ	だいこん にんじん こんにゃく しょうが はくさい きゅうり ゆかり	569
15	水	こめこ コッペパン	ツナマヨオムレツ ミニトマト ウィンナーのポトフ くるまめきなこクリーム	ツナマヨオムレツ ウィナー ぎゅうにゅう	じゃがいも くるまめきなこクリーム こめこパン	ミニトマト たまねぎ にんじん しめじ キャベツ ブロッコリー	599
16	木	(ごはん)	ルーローハン ちゅうかスープ	ぶたにく うすらたまご ベーコン わかめ ぎゅうにゅう	あぶら さとう てんぷん はるさめ こめ	しょうが にんにく にんじん こまつな たまねぎ きくらげ コーン ねぎ	645
17	金	こめこ コッペパン	こまつしまたちうおのフライ キャベツのレモンあえ こまつなのチャウダー	こまつしまたちうおのフライ とりにく えだまめ スキムミルク ぎゅうにゅう	あぶら こめこ パター こめこパン	キャベツ レモン たまねぎ にんじん コーン こまつな しめじ	602
20	月	ごはん	じゃがいものうまに ひじきのすだちずあえ	とりにく ひじき ちくわ ちりめん ぎゅうにゅう	じゃがいも さとう あぶら ごま こめ	にんじん こんにゃく たまねぎ さやいんげん しょうが きゅうり すだちず	561
21	火	ごはん	さばのしょうがに さわにわん	さば ぶたにく あぶらあげ ぎゅうにゅう	さとう こめ	しょうが たまねぎ ごぼう こんにゃく だいこん にんじん ほししいたけ こまつな	641
22	水	こめこ コッペパン	ピーフシチュー ナタデココ入りフルーツミックス	ぎゅうにく えだまめ ぎゅうにゅう	じゃがいも こむぎこ バター あぶら ナタデココ こめこパン	たまねぎ にんじん しめじ にんにく トマトピューレ みかん パイン おうとう	612
24	金	こがた こめこ コッペパン	ながさきちゃんぽん あげはるまき	ぶたにく えび かまぼこ はるまき ぎゅうにゅう	ちゃんぽんめん あぶら こめこパン	キャベツ チンゲンサイ もやし にんじん きくらげ コーン しょうが	614
27	月	ごはん	おやこに きりほしだいこんのさんはいす	とりにく たまご ちりめん ぎゅうにゅう	さとう ごま こめ	にんじん たまねぎ きょうねぎ ほししいたけ きりほしだいこん きゅうり ゆず	576
28	火	ごはん	ぶたにくのかりんどうあげ ぐだくさんみそしる	ぶたにく とうふ あぶらあげ みそ ぎゅうにゅう	てんぷん こめこ さつまいも あぶら さとう こめ	しょうが たまねぎ だいこん にんじん ほししいたけ ほうれんそう	647

※牛乳は毎回つきます。

※材料等の都合により、献立を変更することがありますので、あらかじめご了承ください。

※今月は、17日が「食育の日」の献立になっています。