



徳島市小学校給食予定献立表

令和6年2月分

徳島市教育委員会

日	曜	献立内容	材料名(食品名)		
			赤 血や肉や骨に なるもの	緑 体の調子を 整えるもの	黄 働く力や熱に なるもの
1	木	麦ごはん 牛乳 洋風煮 ごぼうサラダ マヨネーズ	牛乳 とり肉 ウインナー	にんじん たまねぎ キャベツ えだまめ ごぼう きゅうり とうもろこし	精白米 強化米 押麦 じゃがいも さとう マヨネーズ
2	金	ごはん 牛乳 いわしのおかか煮 梅和え みそ汁 節分豆	牛乳 いわしのおかか煮 とうふ 油揚げ 赤みそ 白みそ 節分豆	はくさい 梅 たまねぎ にんじん ねぎ	精白米 強化米 さつまいも
5	月	ごはん 牛乳 ふりかけ(大豆) 野菜いため ポテトオムレツ ケチャップ	牛乳 豚肉 いか ポテトオムレツ	しょうが キャベツ たまねぎ にんじん さやいんげん ヤングコーン	精白米 強化米 油 ごま油
6	火	ごはん 牛乳 厚揚げのそぼろ煮 阿波っ子ナムル 小魚ナッツ	牛乳 牛肉 豚肉 厚揚げ ちくわ わかめ 小魚	しょうが こんにゃく にんじん たまねぎ えだまめ 小松菜 もやし すだち酢	精白米 強化米 さとう 油 ごま油 ナッツ
7	水	ごはん 牛乳 ホキフライ ポイルキャベツ ウスターソース コーンスープ	牛乳 ホキフライ ベーコン とうふ わかめ 卵	キャベツ とうもろこし たまねぎ にんじん	精白米 強化米 油 でんぶん
8	木	(麦ごはん) 牛乳 カレーライス フルーツパパロア	牛乳 牛肉 豚肉 脱脂粉乳	たまねぎ にんじん グリーンピース ガーリックパウダー みかん パイン 黄桃	精白米 強化米 押麦 じゃがいも カレールウ 油 パパロアの素
9	金	ごはん 牛乳 とうふの中華風煮 海藻サラダ 和風ドレッシング	牛乳 とうふ えび 豚肉 わかめ	たまねぎ にんじん 干しいたけ えだまめ ガーリックパウダー キャベツ とうもろこし	精白米 強化米 油 さとう でんぶん ごま油 和風ドレッシング
13	火	ごはん 牛乳 さばのゆずみそ煮 キャベツのいろどりあえ 切り干し大根の炒め煮	牛乳 さばのゆずみそ煮 とり肉 さつまあげ	キャベツ いろどりごはんの素 切り干し大根 干しいたけ にんじん さやいんげん	精白米 強化米 さとう 油
14	水	ごはん 牛乳 ビーフシチュー えだまめサラダ ごまドレッシング アセロラゼリー	牛乳 牛肉	たまねぎ にんじん グリンピース ガーリックパウダー トマトピューレ きゅうり えだまめ とうもろこし	精白米 強化米 じゃがいも 油 ハヤシルウ 生クリーム デミグラスソース ごまドレッシング アセロラゼリー
15	木	麦ごはん 牛乳 豚肉とこんにゃくのみそ煮 えびのカツフライ ブロッコリー マヨネーズ	牛乳 豚肉 厚揚げ ちくわ 赤みそ えびのカツフライ	しょうが こんにゃく にんじん たけのこ さやいんげん ブロッコリー	精白米 強化米 押麦 さとう 油 マヨネーズ
16	金	ごはん 牛乳 しそひじき 白菜と肉だんごのスープ なると金時のすだち煮	牛乳 牛肉 豚肉 卵 しそひじき	しょうが ねぎ はくさい にんじん たけのこ ねぎ すだち酢	精白米 強化米 でんぶん はるさめ さつまいも バター さとう
19	月	ごはん 牛乳 しいたけフライ ウスターソース れんこんの炒め煮 はるか	牛乳 豚肉 さつまあげ	しいたけフライ れんこん にんじん こんにゃく さやいんげん はるか	精白米 強化米 油 白ごま さとう ごま油
20	火	ごはん 牛乳 ずきやき きゅうりのかおりづけ 黒砂糖豆	牛乳 牛肉 焼き豆腐 大豆	こんにゃく たまねぎ にんじん はくさい 長ねぎ きゅうり	精白米 強化米 もち麦 油 さとう ごま油 黒砂糖
21	水	ごはん 牛乳 高野豆腐の卵とじ ごまあえ パワフルチーズ	牛乳 高野豆腐 とり肉 かまぼこ 卵 チーズ	たまねぎ にんじん さやいんげん はくさい ほうれん草	精白米 強化米 さとう 白ごま
22	木	麦ごはん 牛乳 さわらのレモン風味 徳島たっぷりみそ汁	牛乳 さわら 油揚げ 赤みそ 白みそ	レモン汁 にんじん 小松菜 生しいたけ 大根	精白米 強化米 押麦 でんぶん 油 さとう さつまいも
26	月	ごはん 牛乳 さんまのかんろ煮 大豆入りきんぴらごぼう ヨーグルト	牛乳 さんまのかんろ煮 牛肉 大豆 ちくわ ヨーグルト	ごぼう こんにゃく にんじん グリーンピース	精白米 強化米 油 さとう 白ごま ごま油
27	火	ごはん 牛乳 八宝菜 揚げぎょうざ	牛乳 豚肉 えび いか うずら卵 ぎょうざ	しょうが にんじん たまねぎ はくさい ヤングコーン チンゲンサイ ガーリックパウダー	精白米 強化米 油 ごま油 でんぶん
28	水	ごはん 牛乳 肉じゃが おひたし ハニーピーナッツ	牛乳 牛肉 ちくわ 花かつお	にんじん たまねぎ こんにゃく さやいんげん はくさい 小松菜	精白米 強化米 じゃがいも 油 さとう ハニーピーナッツ
29	木	(麦ごはん) 牛乳 ピビンバ ワンタンスープ	牛乳 牛肉 豚肉 ちりめん 赤みそ とり肉 きんし卵 わかめ	にんじん もやし きゅうり たまねぎ とうもろこし	精白米 強化米 押麦 白ごま さとう ごま油 油 ワンタン

☐は、「食育の日」の献立です。徳島市産のしいたけを使った「しいたけフライ」と、徳島県産のれんこんをつかった「れんこんの炒め煮」を実施します。