

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)	ねつや力のもとになる(黄)	体のちようしをととのえる(緑)	
1 木	ごはん いわしのしょうがに おひたし だいすいりきんぴら	いわしのしょうがに きゅうにく さつまあげ だいす ぎゅうにゅう	さとう ごまあぶら (こめ)	キャベツ にんじん ごぼう こんにゃく さやいんげん	641
2 金	こめこ コッペパン ぶたにくのかりんとうあげ わかめスープ	ぶたにく わかめ とうふ ぎゅうにゅう	でんぷん (こめこ) さつまいも あぶら さとう (こめこパン)	しょうが たまねぎ にんじん はくさい コーン こまつな	594
5 月	(ごはん) ちゅうかどん しゅうまい	ぶたにく いか えび うすらたまご えだまめ しゅうまい ぎゅうにゅう	あぶら でんぷん (こめ)	はくさい にんじん たまねぎ きくらげ しょうが	622
6 火	ごはん とりにくとこんにゃくののみそに じゃこあえ	とりにく ちくわ みそ (ちりめん) ぎゅうにゅう	じゃがいも あぶら さとう (こめ)	こんにゃく にんじん ごぼう さやいんげん しょうが キャベツ こまつな	563
7 水	こめこ こくとう コッペパン こまつしまさんハモフライ キャベツのレモンあえ おしむぎいりスープ	こまつしまさんハモフライ ぶたにく ぎゅうにゅう	あぶら おおむぎ (こめこココアパン)	キャベツ レモン たまねぎ にんじん (こまつな) えのきだけ コーン	591
8 木	ごはん おやこに きりほしだいこんのさんばいす	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 (ほししいだけ) きょうねぎ きりほしだいこん (きゅうり) ゆずす	593
9 金	こめこ コッペパン はくさいとにくだんこのスープに たこやき ベビーチーズ	とりにく ぶたにく たまご たこやき チーズ ぎゅうにゅう	でんぷん はるさめ あぶら (こめこパン)	ねぎ しょうが にんじん (はくさい) えのきだけ ほうれんそう	566
13 火	ごはん さんまのかぼすレモンに カリカリあえ ひじきのいために	さんまのかぼすレモンに ひじき とりにく あぶらあげ えだまめ ぎゅうにゅう	あぶら さとう (こめ)	キャベツ うめ にんじん たまねぎ こんにゃく	609
14 水	こめこ コッペパン ハートがたハンバーグ ミニマト ケチャップ やさいスープ チョコプリン	ハンバーグ ハム ぎゅうにゅう	あぶら じゃがいも チョコプリン (こめこパン)	ミニマト にんじん たまねぎ こまつな コーン	620
15 木	ごはん マーボーどうふ かんこくふうナムル	どうふ ぶたにく レンスまめ えだまめ みそ ささみ ぎゅうにゅう	さとう あぶら でんぷん (こめ)	たまねぎ にんじん だけのこ (ほししいだけ) しょうが にんにく (きゅうり) コーン	628
16 金	こがた こめこ コッペパン カレーうどん やさしいサラダ	とりにく あぶらあげ まぐろみずに ぎゅうにゅう	うどん カレールフ 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	581
19 月	振替休業日				
20 火	ごはん かぼちゃのうまに いかにすだちすあえ たまごふりかけ	とりにく いか たまごふりかけ ぎゅうにゅう	さとう あぶら ごま (こめ)	にんじん かぼちゃ こんにゃく たまねぎ さやいんげん しょうが キャベツ きゅうり すだちす	586
21 水	こめこ コッペパン チリコンカン ほうれんそうとたまごのスープ ミルクココア	ぶたにく だいす ベーコン たまご わかめ ぎゅうにゅう	あぶら ミルクココア (こめこパン)	にんじん たまねぎ パセリ にんにく トマトピューレ ほうれんそう	615
22 木	ごはん ぶたキムチいため あげギョウザ	ぶたにく ぎょうざ ぎゅうにゅう	さとう あぶら ごまあぶら (こめ)	キムチ たまねぎ にんじん ピーマン (はくさい) きくらげ にら にんにく	651
26 月	ごはん さばのみそに いなかじる	さば みそ とりにく とうふ あぶらあげ ぎゅうにゅう	さとう でんぷん (こめ)	たまねぎ しょうが だいこん にんじん (ほししいだけ) こまつな ごぼう	667
27 火	ごはん チキンなんばん ポイルキャベツ タルタルソース ABCマカロニスープ	とりにく ベーコン ぎゅうにゅう	でんぷん あぶら さとう タルタルソース マカロニ (こめ)	キャベツ たまねぎ にんじん しめじ コーン こまつな	680
28 水	こめこ コッペパン ビーフシチュー ナタデココい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 (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 おとうろ	609
29 木	わかめごはん 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 わかめ ぎゅうにゅう	さとう あぶら ごま (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	586

※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。