



徳島市中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)					
			血・肉・骨になる		体の調子を整える		働く力や熱になる	
			1群	2群	3群	4群	5群	6群
1	木	(麦ごはん) 牛乳 ビビンバ わかめスープ キャンディチーズ	牛肉 豚肉 赤みそ とり肉 きんし卵 ベーコン	牛乳 ちりめん わかめ チーズ	にんじん チンゲンサイ	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 さとう	白ごま ごま油 油
2	金	ごはん 牛乳 小さいわしのフライ ブロッコリー ウスターソース 切り干し大根のツナあえ 節分豆	小さいわしのフライ ツナフレーク 節分豆	牛乳	ブロッコリー にんじん 小松菜	切り干し大根 キャベツ	精白米 強化米 さとう	油 白ごま
5	月	ごはん 牛乳 ふりかけ (味かつお) 厚焼き卵 梅和え 五目炒め 小魚ナッツ	厚焼き卵 豚肉 大豆 ちくわ	牛乳 小魚	にんじん	キャベツ 梅 れんこん こんにゃく さやいんげん	精白米 強化米 さとう	油 白ごま ごま油 ナッツ
6	火	ごはん 牛乳 牛肉のオイスターソース炒め 肉入り春巻き 豆乳パンナコッタ	牛肉 肉入り春巻き	牛乳	にんじん 小松菜	しょうが ガーリックパウダー たまねぎ ヤングコーン キャベツ	精白米 強化米 さとう	油 豆乳パンナコッタ
7	水	ごはん 牛乳 とり肉とこんにゃくのみそ煮 花野菜サラダ マヨネーズ	とり肉 厚揚げ ちくわ 赤みそ	牛乳	にんじん ブロッコリー	こんにゃく たけのこ えだまめ カリフラワー	精白米 強化米 さとう	油 マヨネーズ
8	木	麦ごはん 牛乳 ふりかけ (ソフトヒジキ) 鮭ボール キャベツのいろどりあえ かきたま汁 ミニチーズ	鮭ボール とうふ かまぼこ 卵	牛乳 チーズ	いろどりごはんの素 にんじん ねぎ	キャベツ たまねぎ えのきたけ	精白米 強化米 押麦	油
9	金	ごはん 牛乳 ビーフシチュー フルーツパバロア	牛肉	牛乳	にんじん トマトピューレ	たまねぎ えだまめ マッシュルーム ガーリックパウダー みかん パイン 黄桃	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
13	火	ごはん 牛乳 さんまのかんろ煮 菜っ葉あえ 豚肉とごぼうの炒め煮 桃の杏仁豆腐	さんまのかんろ煮 豚肉 さつまあげ	牛乳	三種菜めしの素 にんじん	大根 ごぼう こんにゃく えだまめ	精白米 強化米 さとう	油 白ごま 桃の杏仁豆腐
14	水	ごはん 牛乳 ふりかけ (お魚) ポークチャップハワイアン 野菜スープ	豚肉 えび ベーコン	牛乳 わかめ	にんじん 小松菜	パイン たまねぎ キャベツ	精白米 強化米 さとう	油 でんぷん
15	木	麦ごはん 牛乳 うま煮 きゅうりとわかめの酢の物 プリンタルト	牛肉 厚揚げ ちくわ	牛乳 ちりめん わかめ	にんじん さやいんげん	こんにゃく きゅうり	精白米 強化米 押麦 じゃがいも さとう プリンタルト	油
16	金	(ごはん) 牛乳 キムチ丼 揚げぎょうざ はるか	豚肉 ぎょうざ	牛乳	にら にんじん	キムチ しょうが もやし はくさい たまねぎ ガーリックパウダー はるか	精白米 強化米 さとう	油 ごま油 白ごま
19	月	ごはん 牛乳 しいたけフライ ボイルキャベツ ウスターソース 大豆入りきんぴらごぼう ミニフィッシュ	豚肉 大豆 ちくわ	牛乳 小魚	にんじん さやいんげん	しいたけフライ キャベツ ごぼう こんにゃく	精白米 強化米 さとう	油 白ごま ごま油
20	火	ごはん 牛乳 焼肉 ハウレン草オムレツ ヨーグルト	牛肉 豚肉 赤みそ 白みそ ハウレン草オムレツ	牛乳 ヨーグルト	ピーマン にんじん	たまねぎ キャベツ りんご ガーリックパウダー	精白米 強化米 さとう	油 黒ごま ごま油
21	水	ごはん 牛乳 ふりかけ (しそかつお) とうふの中華風煮 ポークしゅうまい	とうふ えび 豚肉 ポークしゅうまい	牛乳	にんじん	たまねぎ 干しいたけ たけのこ えだまめ ガーリックパウダー	精白米 強化米 さとう	油 ごま油 でんぷん
22	木	麦ごはん 牛乳 さわらのレモン風味 ミニトマト 豚汁 ハニーピーナッツ	さわら 豚肉 とうふ 油揚げ 赤みそ 白みそ	牛乳	ミニトマト にんじん ねぎ	レモン汁 ごぼう 大根	精白米 強化米 押麦 でんぷん さとう	油 ハニーピーナッツ
26	月	ごはん 牛乳 さばのみぞれ煮 はくさいの付け合わせ ポン酢しょうゆ ひじきのいため煮 乳酸菌ゼリー	さばのみぞれ煮 とり肉 厚揚げ 大豆	牛乳 ひじき	にんじん さやいんげん	はくさい こんにゃく	精白米 強化米 さとう	油 乳酸菌ゼリー
27	火	ごはん 牛乳 ふりかけ (大豆) いかのフリッター ブロッコリー ケチャップソース 厚揚げのそぼろ煮	いかのフリッター 牛肉 豚肉 厚揚げ ちくわ	牛乳	ブロッコリー にんじん	しょうが こんにゃく たまねぎ えだまめ	精白米 強化米 さとう	油
28	水	ごはん 牛乳 白菜と肉だんごのスープ なると金時のすだち煮 ミックスナッツ	牛肉 豚肉 卵	牛乳	ねぎ にんじん	しょうが はくさい たけのこ すだち酢	精白米 強化米 でんぷん はるさめ さつまいも さとう	バター ナッツ ピーナッツ
29	木	(麦ごはん) 牛乳 えだまめサラダ オニオンドレッシング お祝いクレープ	牛肉 豚肉	牛乳 脱脂粉乳	にんじん	たまねぎ グリンピース ガーリックパウダー きゅうり えだまめ とうもろこし	精白米 強化米 押麦 じゃがいも	油 カレールウ オニオンドレッシング

は、食育の日の献立です。しいたけフライのしいたけは、徳島県産のものを使用しています。徳島県は、生しいたけの生産量が日本一で、肉厚で香り高いことが有名です。美味しいいただきます。