



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 ウィナー	にんじん たまねぎ キャベツ えだまめ ごぼう きゅうり どうもろこし	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 ふりかけ(大豆)	牛乳 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 どうもろこし たまねぎ にんじん	精白米 強化米 油 てんぷん
8	木	(麦ごはん)	牛乳 カレーライス フルーツパンパロア	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 パンパロアの素
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 どうもろこし	精白米 強化米 油 さとう てんぷん 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 ピーフシチュー 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 トマトビュレ きゅうり えだまめ どうもろこし	精白米 強化米 じゃがいも 油 ハンパルウ 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 えびのかツフライ ブロッコリー マヨネーズ	牛乳 豚肉 厚揚げ ちくわ 赤みそ えびのかツフライ	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 しそひじき	牛乳 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 てんぷん 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 すきやき 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 徳島たっぶりみそ汁	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 てんぷん 油 さとう さつまいも
26	月	ごはん ふりかけ(瀬戸)	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 てんぷん
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 ピピンパ ワントンスープ	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 どうもろこし	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。