



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 働力や熱に 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 でんぷん
8 木	(麦ごはん) 牛乳 カレーライス フルーツパバロア	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 バイン 黄桃	精白米 強化米 押麦 じゃがいも カレールウ 油 パバロアの素
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 さつまいも	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 えびのかつフライ ブロッコリー マヨネーズ	牛乳 豚肉 厚揚げ ちくわ 赤みそ えびのかつフライ	しょうがが 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 さつまいも	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 もち麩 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 でんぷん 油 さとう さつまいも
26 月	ごはん 牛乳 ふりかけ(瀬戸) 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 ワンドンスープ	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。