



徳島市小学校給食予定献立表

令和4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 火	ごはん のり佃煮	牛乳 エビカツ 切り干し大根のツナあえ	牛乳 のり佃煮 エビカツ ツナ	切り干し大根 にんじん 小松菜 キャベツ	精白米 強化米 油 さとう 白ごま
2 水	(玄米ごはん)	牛乳 カレーライス 杏仁豆腐	牛乳 豚肉 脱脂粉乳	たまねぎ にんじん グリーンピース にんにく みかん 黄桃 パイン	精白米 強化米 玄米 じゃがいも カレールウ 油 杏仁豆腐
3 木	ごはん	牛乳 いわしフライ ポイルキャベツ ウスターソース 徳島たっぷりみそ汁 節分豆	牛乳 いわしフライ 油揚げ 赤みそ 白みそ 節分豆	キャベツ にんじん 生しいたけ 大根 ねぎ	精白米 強化米 油 さつまいも
4 金	ごはん	牛乳 マーボー豆腐 えだまめサラダ オニオンドレッシング	牛乳 豚肉 とうふ、赤みそ	にんじん たまねぎ たけのこ グリーンピース ねぎ しょうが にんにく キャベツ えだまめ とうもろこし	精白米 強化米 油 さとう ごま油 でんぷん ラー油 オニオンドレッシング
7 月	ごはん	牛乳 さんまのかんろ煮 ゆかりづけ 茎わかめ入りきんぴら	牛乳 さんまのかんろ煮 豚肉 茎わかめ 大豆	キャベツ ゆかり ごぼう にんじん こんにゃく さやいんげん	精白米 強化米 じゃがいも 油 さとう 白ごま ごま油
8 火	ごはん	牛乳 豚肉とこんにゃくのみそ煮 おひたし パワフルチーズ	牛乳 豚肉 厚揚げ ちくわ 赤みそ 花かつお チーズ	しょうが こんにゃく にんじん たけのこ グリンピース はくさい ほうれんそう	精白米 強化米 さとう 油
9 水	ごはん	牛乳 高野豆腐の卵とじ キャベツのミンチカツ	牛乳 高野豆腐 とり肉 かまぼこ 卵 キャベツのミンチカツ	たまねぎ にんじん えだまめ	精白米 強化米 さとう 油
10 木	ごはん	牛乳 チリソース煮 まめっこサラダ マヨネーズ	牛乳 とり肉 いか えび うずら卵 青大豆 黄大豆 金時豆 てぼう豆 ツナ	たけのこ たまねぎ にんじん グリーンピース にんにく しょうが きゅうり	精白米 強化米 油 さとう でんぷん マヨネーズ
14 月	ごはん	牛乳 野菜コロッケ ポイルキャベツ ウスターソース ひじきのいため煮	牛乳 とり肉 ひじき がんもどき 大豆	キャベツ こんにゃく にんじん さやいんげん	精白米 強化米 野菜コロッケ 油 さとう
15 火	麦ごはん	牛乳 厚揚げのそぼろ煮 きゅうりとわかめの酢の物 ハニーピーナッツ	牛乳 豚肉 厚揚げ ちくわ ちりめん わかめ	しょうが こんにゃく にんじん たまねぎ グリンピース きゅうり キャベツ	精白米 強化米 押麦 さとう 油 ハニーピーナッツ
16 水	ごはん	牛乳 八宝菜 ポークしゅうまい	牛乳 豚肉 えび いか うずら卵 ポークしゅうまい	しょうが にんじん たまねぎ はくさい たけのこ チンゲンサイ にんにく	精白米 強化米 油 ごま油 でんぷん さとう
17 木	ごはん	牛乳 うま煮 ごまあえ ヨーグルト	牛乳 豚肉 厚揚げ さつまポール ヨーグルト	にんじん こんにゃく えだまめ はくさい	精白米 強化米 じゃがいも さとう 白ごま
18 金	ごはん	牛乳 れんこんのはさみ揚げ ブロッコリー マヨネーズ にらたまスープ	牛乳 れんこんのはさみ揚げ ベーコン とうふ、 卵	ブロッコリー たまねぎ にんじん にら	精白米 強化米 油 マヨネーズ
21 月	ごはん 味付けのり	牛乳 野菜いため ポテトオムレツ	牛乳 味付けのり 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
22 火	ごはん	牛乳 さわらのごまみそかけ ふしめん汁	牛乳 さわら 赤みそ えび かまぼこ わかめ	たまねぎ にんじん 干しいたけ ねぎ	精白米 強化米 でんぷん 油 さとう 白ごま ふしめん
24 木	ごはん	牛乳 枝豆の豆腐ミンチカツ ポイルキャベツ ウスターソース コーンスープ	牛乳 枝豆の豆腐ミンチカツ とり肉 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
25 金	食パン ゆずジャム	牛乳 スパゲティミートソース 大根サラダ ごまドレッシング	牛乳 豚肉	たまねぎ にんじん マッシュルーム グリーンピース にんにく トマトピューレ 大根 きゅうり とうもろこし	食パン ゆずジャム スパゲティ 油 ごまドレッシング
28 月	ごはん	牛乳 スズキのフライ はくさいの付け合わせ ボン酢しょうゆ みそ汁	牛乳 スズキのフライ とうふ、油揚げ 赤みそ 白みそ	はくさい たまねぎ にんじん ねぎ	精白米 強化米 油 さつまいも

☐は、食育の日献立です。徳島県産のれんこんを使用した「れんこんのはさみ揚げ」や徳島県産の旬のブロッコリーを使った献立です。また、新型コロナウイルス感染症に関する国の経済対策の補助事業として、1日にのり佃煮、15日に鳴門わかめ、21日に味付けのり(鳴門鯛風味)、28日に徳島県産のスズキを使った「スズキのフライ」を使用します。