

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)	ねつやカのもとになる(黄)	体のちようしをととのえる(緑)		
1 火	ごはん	やきにく てつくりふりかけ	きゅうにく みそ(ちりめん) かつおぶし こんぶ きゅうにゅう	あぶら さとう ごま ごまあぶら (こめ)	たまねぎ にんじん キャベツ ピーマン ヤングコーン にんにく りんご	692
2 水	こめこ コッペパン	さけのチーズフライ ミニトマト さつまい	さけのチーズフライ ぶたにく あぶらあげ みそ きゅうにゅう	あぶら さつまいも (こめ)	ミニトマト にんじん こんにゃく はくさい ねぎ	679
3 木	ごはん	いわしのうめに なのはなあえ さわにわん せつぶんまめ	いわしのうめに たまご(ちりめん) ぶたにく あぶらあげ せつぶんまめ きゅうにゅう	さとう (こめ)	なのはな はくさい こんにゃく ごぼう(だいこん) にんじん ほししいたけ ねぎ	614
4 金	こがた こくとう コッペパン	みそにこみうどん げんきサラダ おこめブルーベリータルト	ぶたにく あぶらあげ みそ ハム こんぶ かつおぶし きゅうにゅう	うどん あぶら さとう おこめブルーベリータルト (こくとうコッペパン)	にんじん たまねぎ しめじ (こまつな) きょうねぎ キャベツ コーン ゆずす	659
7 月	ごはん	たこのからあげ きゅうりのかおりづけ ちゅうかふうコーンスープ	たこのからあげ ぶたにく たまご わかめ きゅうにゅう	あぶら さとう ごまあぶら でんぶん (こめ)	きゅうり コーン たまねぎ にんじん きくらげ はくさい	615
8 火	ごはん	さわらのさいきょうやき ゆかりあえ ぎゅうにくとだいこんのもの	さわらのさいきょうやき きゅうにく さつまあげ えだまめ きゅうにゅう	さとう あぶら(こめ)	キャベツ ゆかり(だいこん) にんじん こんにゃく しょうが	701
9 水	こめこ コッペパン	はくさいとにくだんこのスープ ベーコンチーズオムレツ ダブルシュークリーム	とりにく ぶたにく たまご オムレツ きゅうにゅう	でんぶん はるさめ シュークリーム (こめコッペパン)	ねぎ しょうが にんじん (はくさい) チンゲンサイ たけのこ	683
10 木	ごはん	ふゆやさいカレー わかめサラダ ふくじんづけ	きゅうにく スキムミルク まぐろみずに わかめ きゅうにゅう	じゃがいも あぶら カレーウ (こめ)	にんじん たまねぎ れんこん ほうれんそう にんにく(きゅうり) コーン ふくじんづけ	707
14 月	ごはん	ぶたにくのしょうがやき きのこのボンずあえ スティックシュ(ショコラ)	ぶたにく ちくわ きゅうにゅう	さとう あぶら ごま スティックシュ (こめ)	たまねぎ にんじん キャベツ ピーマン しょうが きゅうり しめじ えのきだけ すだちず	697
15 火	ごはん	ちくわのにしょくあげ みそしる のりのつくだに	ちくわ たまご あおのり ぶたにく あぶらあげ みそ のりのつくだに きゅうにゅう	こむぎこ(こめこ) あぶら (こめ)	ごぼう(だいこん) たまねぎ にんじん(ほししいたけ) ねぎ	661
16 水	パンズ	セルフハンバーガー (ハンバーグ・チーズ) やさいのスूपに りんご	ハンバーグ チーズ とりにく きゅうにゅう	さとう じゃがいも パンズ	たまねぎ トマトピューレ にんじん キャベツ フロッコリー りんご	583
17 木	(むぎごはん)	おやこどんぶり ごまあえ	とりにく たまご かまぼこ さつまあげ きゅうにゅう	さとう ごま おおむぎ (こめ)	にんじん たまねぎ (ほししいたけ) きょうねぎ キャベツ ほうれんそう	648
18 金	こめこ パイン コッペパン	こまつしまさんズキの トマトソースがけ ABCマカロニスープ	(こまつしまさんズキ) ぶたにく きゅうにゅう	でんぶん(こめこ) あぶら さとう マカロニ おじゃかもちボール (こめこパインパン)	トマト たまねぎ ピーマン にんにく にんじん コーン しめじ(こまつな)	638
21 月	ごはん	さばのみそに とうふのすましじる	さば みそ とうふ わかめ きゅうにゅう	さとう (こめ)	たまねぎ しょうが にんじん だいこん はくさい えのきだけ (ほししいたけ)	665
22 火	さけわかめ ごはん	かんとうに とさあえ	とりにく うすらたまご ちくわ かつおぶし さけ わかめ きゅうにゅう	さといも さとう (こめ)	こんにゃく(だいこん) にんじん キャベツ(こまつな)	585
24 木	ごはん	ぶたキムチいため あげキャベツきょうざ	ぶたにく きょうざ きゅうにゅう	さとう あぶら ごまあぶら (こめ)	たまねぎ にんじん ピーマン はくさい もやし きくらげ にら にんにく	689
25 金	こめこ コッペパン	ビーフシチュー ナタデココ入りフルーツミックス	きゅうにく えだまめ きゅうにゅう	じゃがいも こむぎこ パター あぶら ナタデココ (こめコッペパン)	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 おうとう	647
28 月	ごはん	かぼちゃのそぼろに いかのすだちずあえ ひじきふりかけ	とりにく えだまめ いか ふりかけ きゅうにゅう	あぶら さとう ごま (こめ)	しょうが かぼちゃ たまねぎ にんじん こんにゃく キャベツ きゅうり すだちず	629

※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。

※18日は「食育の日」の献立になっています。