



2月給食献立予定表



日	曜	主食	牛乳	おかず	血や肉、骨や歯になる食品(赤)	熱や力のもとになる食品(黄)	からだの調子を整える食品(緑)	1人分 - kcal	たんぱく質 g
1	月	わかめ麦ごはん	牛乳	ジャージャン豆腐 チョレギサラダ(塩ドレッシング) 伊予柑ゼリー	牛乳 わかめ 生揚げ 豚肉 のり	ごはん 砂糖 油 でん粉 ごま油 ごま	筍 葱 人参 ピーマン 椎茸 にんにく 生姜 キャベツ 玉葱 レモン 伊予柑	875	33.0
2	火	酢めし (手巻きのみ)	牛乳	けんちん汁 玉子スティック③ えびフライ② ごま昆布 福豆	牛乳 豆腐 鶏肉 のり 卵 えび 昆布 大豆	ごはん 里芋 油 ごま パン粉 小麦粉 でん粉 砂糖	大根 ごぼう 人参 葱 椎茸 こんにゃく	897	37.1
3	水	バターロール	牛乳	白菜のクリーム煮 チキンナゲット③ ツナサラダ(玉葱ドレッシング)	牛乳 ベーコン 鶏肉 おから まぐろ	パン ジャガ芋 油 小麦粉 バター 砂糖 パン粉 でん粉 米粉	白菜 玉葱 人参 キャベツ ほうれん草 ピーマン 葱 柚子	854	29.8
4	木	ごはん	牛乳	ポークカレー チーズサラダ(和風ドレッシング) 福神漬	牛乳 豚肉 チーズ	ごはん ジャガ芋 油 砂糖 小麦粉 でん粉	玉葱 人参 にんにく 生姜 ほうれん草 キャベツ 大根 椎茸 とうもろこし 胡瓜 茄子 ピーマン れんこん しそ りんご ブルーネ	872	29.6
5	金	食パン (チョコ大豆 クリーム)	牛乳	オニオンスープ 鶏肉の唐揚げ キャベツサラダ(イタリアンドレッシング)	牛乳 ベーコン 鶏肉	パン クリーム 油 でん粉 砂糖	玉葱 人参 チンゲンサイ キャベツ トマト	890	33.1
8	月	地粉うどん	牛乳	肉うどんの汁 竹輪の石垣揚げ② 磯香和え	牛乳 豚肉 なた 竹輪 のり	うどん 小麦粉 でん粉 ごま 油	生姜 人参 椎茸 小松菜 葱 ほうれん草 キャベツ	799	37.6
9	火	ごはん	牛乳	麻婆豆腐 わかさぎフライ③ 大豆もやしナムル(ナムルドレッシング) フルーツ杏仁	牛乳 豆腐 豚肉 わかさぎ 豆乳	ごはん 油 砂糖 でん粉 ごま油 米粉 パン粉 小麦粉 ごま	葱 人参 筍 たら 椎茸 にんにく 生姜 小松菜 大豆もやし 桃 あんず	848	32.8
10	水	広島菜めし	牛乳	冬野菜の味噌汁 さばの生姜煮 ごま和え	牛乳 豆腐 油揚げ さば	ごはん 砂糖 ごま	広島菜 玉葱 白菜 大根 人参 葱 ほうれん草 キャベツ 生姜	844	34.8
12	金	きな粉揚げパン	牛乳	ミネストローネ ウイナー玉子巻き 花野菜サラダ(コールスロドレッシング)	牛乳 きな粉 ベーコン 卵 ウイナー	パン 油 砂糖 ジャガ芋 でん粉	玉葱 キャベツ 人参 トマト ブロッコリー カリフラワー とうもろこし レモン	866	30.9
15	月	ピラフ	牛乳	春雨スープ 照り焼きハート型ハンバーグ チョコプリン	牛乳 鶏肉 ベーコン 豚肉 豆乳 大豆粉	ごはん バター 春雨 砂糖 でん粉 油	玉葱 人参 ピーマン マッシュルーム にんにく キャベツ チンゲンサイ 椎茸 生姜	812	31.7
16	火	ごはん	牛乳	中華コーンスープ 黒豚ねぎ塩まんじゅう② ピビンバの具	牛乳 卵 鶏肉 豚肉 大豆粉	ごはん でん粉 ごま 砂糖 ごま油 小麦粉	とうもろこし 葱 小松菜 にんにく 生姜 大豆もやし 人参 ほうれん草 大根 たら キムチ キャベツ こんにゃく粉	843	31.7
17	水	フラワーロール	コーヒー 牛乳	パンプキンポタージュ 鶏肉のバーベキューソース ゆで野菜サラダ(玉葱ドレッシング)	牛乳 ベーコン 鶏肉	パン 油 小麦粉 バター 砂糖	かぼちゃ 玉葱 人参 にんにく ブロッコリー りんご とうもろこし ピーマン 葱 柚子	833	32.7
18	木	発芽玄米ごはん	牛乳	ジャガ芋のカレー煮 彩の国なっとう 小松菜和え	牛乳 豚肉 大豆	ごはん ジャガ芋 油 砂糖	玉葱 人参 いんげん こんにゃく 小松菜 キャベツ とうもろこし	859	30.4
19	金	メロンパン	牛乳	ポトフ 白身魚バジルフライ ほうれん草ソテー	牛乳 豚肉 ほき	パン ジャガ芋 油 バター ワンタン パン粉 小麦粉	キャベツ 玉葱 人参 ほうれん草 とうもろこし バジル	825	30.2
22	月	中華めん	牛乳	しょうゆラーメンのスープ コーン焼売② 秩父こんにゃくサラダ(中華ドレッシング) 豆乳プリンタルト	牛乳 豚肉 豆腐 すり身 荳わかめ 豆乳	めん 油 砂糖 米粉 でん粉 パン粉 小麦粉	白菜 もやし 葱 人参 木耳 メンマ にんにく 生姜 とうもろこし 小松菜 こんにゃく キャベツ 玉葱	827	30.3
24	水	キムたくごはん	牛乳	わかめスープ チーズはんぺんフライ(中濃ソース) ヨーグルト	牛乳 豚肉 わかめ 豆腐 はんぺん チーズ 卵 ヨーグルト	ごはん 油 ごま パン粉 砂糖	たくあん キムチ 玉葱 人参 チンゲンサイ	822	28.1
25	木	ごはん	牛乳	牛丼の具 木の葉かまぼこのみりん焼き② 塩昆布和え	牛乳 牛肉 かまぼこ 昆布	ごはん 砂糖 油 ごま油	玉葱 人参 いんげん 白滝 生姜 キャベツ 小松菜	811	32.8
26	金	ココアマーブル 食パン	牛乳	パンネのトマトソース アンサンブルエッグ グリーンサラダ(イタリアンドレッシング)	牛乳 豚肉 卵 チーズ ベーコン	パン マカロニ 油 砂糖 ジャガ芋 でん粉	玉葱 人参 ピーマン にんにく 生姜 キャベツ ほうれん草 ブロッコリー 枝豆 トマト	874	34.5

※地粉うどん、中華めんの製造工場においては、卵、そばを含む製品を製造しています。

◆材料の入荷等の都合により、献立の一部が変更になる場合があります。
◆給食に関する行事については、各学校のおたよりで確認してください。

節分

節分は立春の前日で、冬から春への季節の変わり目の行事です。もとは、立春、立夏、立秋、立冬の前日も節分といわれていましたが、今では立春の前日のことだけをいうようになりました。
節分にいり豆を年の数や年にひとつ足した数を食べると、1年を元気に過ごすことができるといわれています。
「鬼は外」のかけ声とともに豆をまくのは、霊力があると考えられている豆の力で鬼(病気や災い)を追いはらって、福を呼び込むという意味があります。

