



2月献立表



日	曜	献立名	主な材料						学校給食摂取基準		
			主に体の組織をつくる		主に体の調子を整える		主にエネルギーになる		エネルギー	たんぱく質	脂質
			1群	2群	3群	4群	5群	6群	830	33.0	23.0
1	木	ココアコッペパン ポテトのチーズ煮 ミートボールスープ みかん	牛乳 ベーコン とり肉 ぶた肉	牛乳 チーズ	パセリ にんじん こまつな	たまねぎ ほうきさい みかん	パン じゃがいも	バター	799	28.2	27.3
2	金	ごはん いわしのかば焼き ほうれん草のごまあえ けんちん汁 福豆	牛乳 いわし とり肉 大豆 とうふ	牛乳	ほうれん草 にんじん	もやし だいこん ごぼう ねぎ	ごはん さとう でんぷん さといも	油 ごま	796	30.8	22.9
5	月	ごはん なつとう 肉じゃが 小松菜のごまじょうゆあえ	牛乳 ぶた肉 なつとう	牛乳	にんじん こまつな	たまねぎ もやし グリーンピース	ごはん さとう じゃがいも	油 ごま ごま油	807	28.5	18.0
6	火	スライスコッペパン スラッピーショー ワンタンスープ フルーツヨーグルトあえ	牛乳 ぶた肉 大豆	牛乳 ヨーグルト	にんじん こまつな	たまねぎ もやし りんご もも パイナップル	パン さとう ワンタンの皮	油 バター	800	34.1	24.7
7	水	ごはん とり肉のレモンソースかけ 五目きんぴら かきたま汁	牛乳 とり肉 ぶた肉 さつまあげ たまご とうふ	牛乳	にんじん ほうれん草	ごぼう ねぎ レモン果汁	ごはん さとう でんぷん	油	821	33.0	22.3
8	木	ミニバターコッペパン スパゲティカルボナーラ いもフライ(2こ) ブロッコリーサラダ	牛乳 ベーコン ハム	牛乳	ほうれん草 ブロッコリー	たまねぎ カリフラワー とうもろこし	パン スパゲッティ じゃがいも	油 ごま バター ドレッシング	796	25.9	32.2
9	金	ごはん さばの塩焼き ひじきのいり煮 とん汁	牛乳 さば 油あげ とり肉 ぶた肉 とうふ みそ	牛乳 ひじき	にんじん	だいこん ごぼう ねぎ	ごはん さとう じゃがいも	油	849	32.2	30.4
13	火	バーガーパン てり焼きハンバーグ 野菜ソテー コーンポターージュ	牛乳 とり肉 ぶた肉 ウィンナー みそ	牛乳 生クリーム	にんじん	キャベツ たまねぎ とうもろこし	パン さとう でんぷん	油 バター	799	32.2	29.7
14	水	ごはん ハッシュドポーク 和風サラダ チョコプリン	牛乳 ぶた肉	牛乳 生クリーム わかめ	にんじん	たまねぎ だいこん グリーンピース きゅうり	ごはん じゃがいも	油 バター ドレッシング	805	21.3	21.3
15	木	◆日本味めぐり～大阪府～◆ ミニコッペパン いちごとりんごのジャム きつねうどん たこ焼き(2こ) 小松菜のおひたし	牛乳 とり肉 たこ 油あげ かまぼこ	牛乳	にんじん こまつな	ねぎ もやし いちご りんご	パン うどん 米粉	油	788	28.2	23.4
16	金	ごはん あじカツ(ソース) 大根ととり肉のいため煮 とうふとわかめのみそ汁	牛乳 あじ とり肉 とうふ みそ	牛乳 わかめ	にんじん	だいこん えだまめ たまねぎ	ごはん さとう パン粉	油	793	28.6	21.6
19	月	ごはん チキンカレー 華風サラダ 県産ヨーグルト	牛乳 とり肉 ハム	牛乳 ヨーグルト	にんじん	たまねぎ キャベツ きゅうり もやし	ごはん さとう じゃがいも はるさめ	油 ごま油	847	23.9	20.6
20	火	バーガーパン コロケ(ソース) ツナサラダ ミネストローネ	牛乳 ツナ ベーコン	牛乳 チーズ	にんじん トマト	キャベツ きゅうり たまねぎ しめじ	パン じゃがいも マカロニ	油 マヨネーズ バター	798	27.0	32.0
21	水	ごはん 親子煮 白菜の塩こんぶあえ 大根と小松菜のみそ汁	牛乳 とり肉 たまご 凍りとうふ 油あげ みそ	牛乳 こんぶ	にんじん こまつな	たまねぎ ほうきさい グリーンピース きゅうり だいこん	ごはん さとう	ごま油	754	28.2	19.7
22	木	ミニパンフキンコッペパン 塩ラーメン はるまき ほうれん草のナムル	牛乳 ぶた肉 ハム	牛乳	かぼちゃ にんじん ほうれん草	もやし ほうきさい ねぎ とうもろこし	パン ちゅうかめん はるまきの皮	油 ごま ごま油	810	28.1	33.0
26	月	ごはん メンチカツ(ソース) こんぶの五目豆 白菜とたまごのみそ汁	牛乳 ぶた肉 とり肉 大豆 ちくわ 油あげ たまご みそ	牛乳 こんぶ	にんじん	ほうきさい ねぎ	ごはん さとう パン粉	油	867	31.5	26.4
27	火	コッペパン クリームシチュー イタリアンサラダ レモンゼリー	牛乳 ぶた肉 ハム	牛乳	にんじん	たまねぎ きゅうり グリーンピース キャベツ	パン じゃがいも	油 バター ドレッシング	759	28.5	23.7
28	水	ごはん マーボー豆腐 しゅうまい(2こ) チョレギサラダ	牛乳 とうふ ぶた肉 大豆 みそ	牛乳 のり	にんじん	ねぎ きゅうり キャベツ たまねぎ	ごはん さとう でんぷん しょうがいの皮	油 ごま ドレッシング	811	29.7	22.5
29	木	バターコッペパン トマトオムレツ チキンサラダ 野菜スープ	牛乳 たまご とり肉 ベーコン	牛乳	トマト にんじん	キャベツ きゅうり たまねぎ ほうきさい	パン じゃがいも	ドレッシング ごま油	775	28.5	31.5

※食材料購入の都合により、献立を一部変更する事があります。
 ※食べ物を誤飲しないように、ご家庭でも、よくかんで食べることをご指導ください。また、給食で使用している魚は大きな骨は取り除いていますが、小骨が残っている場合もあります。気をつけて食べましょう。

※1月の給食で使用した以下の食材の放射性物質検査を実施しましたが、いずれも検出されませんでした。【たまねぎ、水煮大豆、大根、にんじん、冷凍ほうれん草、ねぎ、キャベツ、じゃがいも、もやし】



◆日本味めぐり◆
2月15日(木)
おおさか 府
大阪府

