



# 2月の給食献立予定表

嵐山町学校給食センター

日	曜日	献立名		【あかの食品】	【きいろの食品】	【みどりの食品】	栄養量			
		主食	のみもの	おもに、血や肉や骨のもとになる	おもに、熱や力のもとになる	おもに、体のちよよしをととのえる	エネルギー kcal	たんぱく質 g		
1	水	ごはん	牛乳	キャベツのみそしる とりにくのしょうゆグリル (小:2コ 中:3コ) やさいのうまに	ぎゅうにゅう あぶらあげ わかめ とりにくのしょうゆグリル ぶたにく こうやどうふ	ごはん さつまいも あぶら さとう	にんじん キャベツ ねぎ たけのこ だいこん	小学校 641 中学校 810	23.9 29.9	
2	木	菅谷小児童作成献立 じごなうどん	牛乳	キムチうどん おこのみやき(ソース) はるさめサラダ(ドレッシングあえ)	ぎゅうにゅう とりにく とうふ たまご	じごなうどん あぶら かたくりこ おこのみやき はるさめ ちゅうかドレッシング	たまねぎ にんじん いら はくさいキムチ きゅうり キャベツ	652 775	21.8 25.8	
3	金	節分献立 なめし	牛乳	イワシのつみれじる わふうおろしハンバーグ おひたし(しょうゆ) ふくまめ	ぎゅうにゅう イワシつみれ ハンバーグ ふくまめ	なめし さとう かたくりこ	しょうが ごぼう にんじん だいこん ねぎ しめじ こまつな ほうれんそう もやし	682 803	29.4 33.5	
6	月	ごはん	牛乳	ルーローハン はるまき のらぼうなのナムル(ホルトドレッシング)	ぎゅうにゅう ぶたにく うずらたまご はるまき	ごはん あぶら さとう かたくりこ ナムルドレッシング	しょうが にんじん たまねぎ こんにやく もやし きゅうり のらぼうな	767 961	28.4 35.1	
7	火	シュガーあげパン	牛乳	ウインナーのケチャップに マカロニサラダ(ノンエッグマヨネーズあえ) りんご	ぎゅうにゅう ウインナー	ツイストパン あぶら さとう じゃがいも マカロニ ノンエッグマヨネーズ	にんにく たまねぎ にんじん マッシュルーム トマト キャベツ きゅうり コーン りんご	621 713	18.1 20.2	
8	水	すめし	牛乳	さつまじる わかさぎフリッター(小:2コ 中:3コ) かてめしのぐ	ぎゅうにゅう ぶたにく とうふ わかさぎフリッター とりにく あぶらあげ	すめし さつまいも あぶら さとう	にんじん だいこん ねぎ ごぼう たけのこ こんにやく	628 782	21.2 25.8	
9	木	ホットちゅうかめん	牛乳	ちゃんぽんめん にらまんじゅう(小:2コ 中:3コ) あんにんフルーツポンチ	ぎゅうにゅう ぶたにく イカ エビ にらまんじゅう	ホットちゅうかめん あぶら あんにんどうふ	にんにく しょうが もやし にんじん キャベツ ねぎ チンゲンサイ パインシロップづけ みかんシロップづけ おうとうシロップづけ	659 829	31.4 39.3	
10	金	ごはん	牛乳	さわにわん サワラのなんばんづけ きりぼしだいこんのいりに	ぎゅうにゅう ぶたにく いかまほこ サワラでんぷんつき とりにく あぶらあげ	ごはん あぶら ごまあぶら さとう かたくりこ	ごぼう にんじん ねぎ えのきたけ きりぼしだいこん	677 830	27.7 33.5	
13	月	ごはん	牛乳	マーボどうふ コーンしゅうまい(小:2コ 中:3コ) ちゅうかサラダ(ドレッシングあえ)	ぎゅうにゅう ぶたにく とうふ コーンしゅうまい	ごはん あぶら さとう かたくりこ ごまあぶら ちゅうかドレッシング	しょうが にんにく にんじん たけのこ ねぎ もやし きゅうり コーン	687 863	24.8 30.8	
14	火	志賀小児童作成献立 はちみつパン	牛乳	だいこんのコンソメスープ オムレツのトマトソース ほうれんそうのバターいため	ぎゅうにゅう ベーコン オムレツ	はちみつパン あぶら さとう バター	にんじん たまねぎ だいこん パセリ こまつな ほうれんそう コーン	617 746	20.7 24.2	
15	水	わかめごはん	牛乳	とんじる サバのいちやぼし みずなのサラダ(ホルトドレッシング)	ぎゅうにゅう ぶたにく とうふ サバのいちやぼし	わかめごはん じゃがいも あぶら ごまドレッシング	ごぼう にんじん だいこん ねぎ こんにやく みずな パプリカ	664 818	27.2 33.1	
16	木	じごなうどん	牛乳	けんちんうどん ポテトもち やさいのしおこんぶあえ	ぎゅうにゅう ぶたにく とうふ しおこんぶ	じごなうどん さといも あぶら さとう ポテトもち	だいこん にんじん ごぼう ねぎ こんにやく こまつな キャベツ もやし	658 786	22.1 25.9	
17	金	むぎごはん	牛乳	チキンカレー カラフルサラダ(ホルトドレッシング) ヨーグルト	ぎゅうにゅう とりにく ヨーグルト	むぎごはん じゃがいも あぶら パター イタリアンドレッシング	にんにく しょうが にんじん たまねぎ りんご キャベツ ブロッコリー パプリカ	663 805	22.9 27.3	
20	月	日本全国味紀行 ごはん	牛乳	ぐだくさんみそしる キャベツメンチカツ(ソース) キムたくどんのぐ	ぎゅうにゅう あぶらあげ キャベツメンチカツ ぶたにく ちくわ	ごはん さといも あぶら さとう	にんじん だいこん しめじ こまつな ねぎ しょうが たまねぎ はくさいキムチ たくあん こんにやく	715 880	26.1 31.4	
21	火	やまがたしよくパン いちごジャム	牛乳	ポトフ チキンピカタ キャロットサラダ(ホルトドレッシング)	ぎゅうにゅう ウインナー チキンピカタ	やまがたしよくパン イチゴジャム じゃがいも ソイドレッシング	にんじん たまねぎ はくさい もやし きゅうり コーン	671 837	25.6 30.9	
22	水	ちゃめし	牛乳	おでん やさいのさっぱりいため	ぎゅうにゅう ちくわ イワシつみれ うずらたまご こんぶ ぶたにく	ちゃめし じゃがいも あぶら	だいこん こんにやく しょうが にんじん もやし キャベツ こまつな	599 739	23.6 28.4	
23	木	天 皇 誕 生 日								
24	金	ごはん	牛乳	ちゅうかふうコーンスープ あげぎょうざ(小:2コ 中:4コ) ホイコーロー	ぎゅうにゅう とりにく たまご ぎょうざ ぶたにく	ごはん あぶら かたくりこ さとう	たまねぎ にんじん ねぎ クリームコーン しょうが にんにく キャベツ ピーマン	661 828	23.3 29.1	
27	月	ごはん	牛乳	いものこじる そぼろごはんのぐ わふうサラダ(ドレッシングあえ)	ぎゅうにゅう ぶたにく とりにく たまご わかめ	ごはん さといも あぶら さとう わふうドレッシング	ごぼう にんじん だいこん ねぎ えのきたけ しょうが こんにやく えだまめ キャベツ きゅうり コーン	639 782	24.0 28.9	
28	火	菅谷小児童作成献立 ナン	牛乳	チリコンカン ミートボール(小:2コ 中:3コ) のらぼうなのサラダ(ドレッシングあえ) みかんゼリー	コーヒーマルク ぶたにく だいち ミートボール	ナン じゃがいも あぶら たまねぎドレッシング みかんゼリー	たまねぎ にんじん トマト こまつな のらぼうな もやし きゅうり	629 795	24.4 30.8	
※材料入荷の都合により、献立を変更することがあります。							実施回数 19 回	平均栄養素量	659 810	24.6 29.7
<b>今月の嵐山町産農産物</b> 							摂取基準 (範囲)	小学校 650 中学校 830	24.0 (18~32) 30.0 (25~40)	