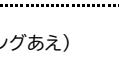


2月 給食献立予定表

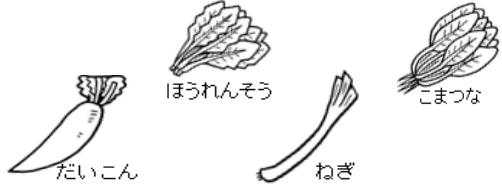


嵐山町学校給食センター

日	曜日	献立名(こんだてめい)		食 品 名			栄養量	
		のみもの	主食 おかず(主菜・副菜)	エネルギーの のもとになる食品	体をつくる もとになる食品	体のちようしをととのえる もとになる食品	エネルギー kcal	たんぱく質 g
2	月	牛乳	バターコッペパン ソースやきそば ごぼうサラダ(ドレッシングあえ) ディズニーチーズ(中)	バターコッペパン ちゅうかめん あぶら ごまドレッシング	ぎゅうにゅう ディズニーチーズ ぶたにく あおのり ツナフレーク	キャベツ たまねぎ もやし にんじん	小学校 601 中学校 826	20.8 28.8
3	火	牛乳	てまきすし(すめし) てまきのり いかスティック 2ほん たまごスティック (小1・中2) スティックなつとう トックのスープ	すめし あぶら トック ごまあぶら	きゅうにゅう とりにく てまきのり ちらしかまぼこ いかスティック たまごスティック スティックなつとう	にんじん たまねぎ だいこん ねぎ チンゲンサイ	657 798	26.6 30.0
4	水	牛乳	ごはん とうふのちゅうかに こえびのからあげ だいこんのアチャラブづけ カレーうどん(じごなうどん) あげじゃがのそぼろあえ	ごはん こまあぶら あぶら きびざとう かたくりこ	ぎゅうにゅう どうふ ぶたにく スライスなると こえびからあげ	しょうが にんにく にんじん たまねぎ きゅうり	628	25.6
5	木	牛乳	じごなうどん あぶら きびざとう かたくりこ カットポテト	ぎゅうにゅう ぶたにく あぶらあげ スライスなると	たまねぎ にんじん ねぎ こまつな	777	31.1	
6	金	牛乳	わかめごはん わふわおろしハンバーグ  とんじる フルーツポンチ	わかめごはん あぶら きびざとう ナタデココ じやがいも カクテルゼリー	ぎゅうにゅう みぞ ハンバーグ ぶたにく とうふ	だいこん にんじん こんにゃく なめたけ ミックスフルーツ ごぼう おうとう はくとう ねぎ りんご ラフラブ	638 809	22.3 27.7
9	月	牛乳	ごはん たらのレモンふうみ きりぼしだいこんのいりに ごまみそしる	ごはん こま あぶら すりごま きびざとう じやがいも	ぎゅうにゅう こうやどうふ たらでんぶんつき とうふ ぶたにく みぞ あぶらあげ	レモン さいやんげん きりぼしだいこん ごぼう にんじん だいこん たまねぎ ほししいたけ ねぎ こまつな	598 760	21.9 27.9
10	火	牛乳	ごはん ヤンニヨムチキン キムチなべ はるさめサラダ(ドレッシングあえ)	ごはん こまあぶら こま あぶら すりごま はるさめ かたくりこ きびざとう ちゅうかドレッシング	ぎゅうにゅう みぞ とりにく ぶたにく とうふ	にんにく えのき ねぎ しょうが チンゲンサイ にんじん キムチ きゅうり はくさい キャベツ	643 814	25.0 30.9
12	木	牛乳	ソースカツどん(ごはん) あさづけ はくさいのクリームに	ごはん バター あぶら ジャがいも きびざとう	ぎゅうにゅう スキムミルク キムチカツ シュレッドチーズ とりにく なまクリーム	キャベツ コーン バセリ きゅうり はくさい たまねぎ にんじん	659 801	24.9 30.1
13	金	牛乳	ココアあけパン クロワッサン(小4~6年・中) ボトフ イタリアンサラダ(ドレッシングあえ)(クロトン)	クロワッサン ジャがいも コッペパン クルトン あぶら きびざとう イタリアンドレッシング	ぎゅうにゅう ぶたにく ミニウインナー かくぎりチーズ	にんにく たまねぎ かぶ セロリ キャベツ にんじん バセリ きゅうり あかピーマン	609 804	24.5 30.0
16	月	牛乳	ごはん こいわしフライ(クラスソース)(小1・中2) にくじやが こまつなのにびたしかつおぶし)	ごはん きびざとう あぶら じやがいも しらたき	ぎゅうにゅう かつおぶし こいわしフライ ぶたにく あぶらあげ	にんじん キャベツ たまねぎ さやいんげん こまつな	609 786	21.8 28.0
17	火	牛乳	ごはん スタミナやきにく レンフォアタン ポンカン	ごはん かたくりこ あぶら こまあぶら きびざとう はるさめ ごま	ぎゅうにゅう ぶたにく とりにく たまご	にんにく もやし ほししいたけ しょうが ピーマン にんじん たまねぎ コーンベースト ねぎ ほうれんそう ぽんかん	646	26.3
18	水	牛乳	ごはん さばのしおやき ちくぜんに ほうれんそうのみそしる Caウエハース(中)	ごはん さといも あぶら きびざとう Caウエハース	ぎゅうにゅう みぞ さば とりにく とうふ あぶらあげ	にんじん ほししいたけ ごぼう さいやんげん れんこん たまねぎ たけのこ ねぎ こんにゃく ほうれんそう	580 771	24.2 31.6
19	木	コーヒー ミルク	みそラーメン(ホットちゅうかめん) ポテトもち ナムル(ドレッシングあえ) 	ホットちゅうかめん ポテトもち きびざとう あぶら ごまあぶら かたくりこ かんこくナムルドレッシング	コーヒーミルク ぶたにく みぞ	にんにく キャベツ にら しょうが もやし ねぎ にんじん コーン きゅうり たまねぎ ほうれんそう	677 818	22.4 27.1
20	金	牛乳	チキンカレー(むぎごはん) はなやさいサラダ(ドレッシングあえ)	むぎごはん じやがいも あぶら コールスロードレッシング	ぎゅうにゅう シュレッドチーズ とりにく ぶたレバーチップ スキムミルク	にんにく リンゴ コーン しょうが キャベツ ブロッコリー ⁺ たまねぎ カリフラワー	655 793	21.1 25.5
24	火	牛乳	こまつなそぼろどん(ごはん) せんべいじる いよかん	ごはん なんぶせんべい ごまあぶら あぶら きびざとう ごま	ぎゅうにゅう ぶたにく いりたまご	にんじん しょうが ねぎ たまねぎ ごぼう こんにゃく たけのこ ほししいたけ こまつな キャベツ いよかん	643 794	25.1 30.4
25	水	牛乳	ごはん ぶたにくのしょうがやき ごまあえ ABCスープ	ごはん すりごま かたくりこ あぶら ごまあぶら きびざとう ジャがいも アルファベットマカロニ	ぎゅうにゅう ぶたにく ウインナー	しょうが にんじん たまねぎ もやし ほうれんそう キャベツ こまつな	643	26.7
26	木	牛乳	みぞれうどん(じごなうどん) わかさぎフリッター(小1・中2) しらたませんざい	じごなうどん きびざとう かたくりこ あぶら しらたませんざい	ぎゅうにゅう あずさ とりにく わかさぎフリッター かまぼこ あぶらあげ	だいこん しょうが にんじん ほうれんそう なめこ ねぎ えのき ほししいたけ	659	25.3
27	金	牛乳	ハヤシライス(むぎごはん) ジャーマンポテト	むぎごはん あぶら ジャがいも	ぎゅうにゅう ウインナー ぶたにく スキムミルク	にんにく トマト セロリ にんじん たまねぎ マッシュルーム	668 828	22.8 27.6



今月の嵐山町産 農産物



実施回数18回

平均未食系里

八、《古文真言》

材料入荷の都合により、献立を

はし　まいにちも
箸は毎日持っていきましょう。

きゅうしょく さかな ほね と き つ た
給食の魚は骨取りではないので、気を付けて食べましょう。