

2月 学校給食献立予定表

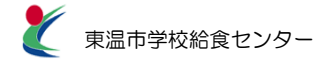
日曜	献立名	主な材料名			栄養価			
		赤	緑	黄	たんぱく	たんぱく	脂質	
					kcal	g	%	
水	コッペパン 牛乳 クリームシチュー 鶏肉のバジル焼き ツナサラダ	牛乳 豚肉 鶏肉 ツナ	玉ねぎ にんじん ブロッコリー しめじ パセリ にんにく コーン 大根 しも 紅しくれ大根 キャベツ きゅうり	パン さつまいも じゃがいも 米油 オリーブ油 砂糖	小	660	31.3	33.4
					中	799	37.7	32.0
木	きりぼしごはん 牛乳 豆腐汁 玉ねぎのかき揚げ 酢の物	鶏肉 松山揚げ 昆布 牛乳 豆腐 かまぼこ 油揚げ ウインナー	切干大根 にんじん 枝豆 玉ねぎ えのきたけ 葉ねぎ きくらげ かぼちゃ コーン きゅうり キャベツ もやし たけのこ	米 米油 はだか麦粉 米粉 砂糖	小	638	24.0	31.5
					中	765	27.9	30.0
金	はだか麦粉パン 牛乳 かぶとベーコンのスープ いわしのトマトソース焼き イタリアンサラダ 節分豆	牛乳 ベーコン いわし チーズ 節分豆	かぶ 大根 玉ねぎ パセリ にんにく きくらげ しめじ ブロッコリー トマトパセリ キャベツ きゅうり 赤ピーマン 黄ピーマン コーン	パン じゃがいも 米油 砂糖 オリーブ油	小	575	26.0	32.6
					中	690	30.6	31.0
月	しろごはん 牛乳 のっぺい汁 れんこんと牛肉の炒め物 じゃことピーマンの和え物 しそひじき	牛乳 鶏肉 厚揚げ 牛肉 ちりめん しそひじき	大根 にんじん 白菜 干しいたけ 長ねぎ 葉ねぎ しょうが にんにく れんこん ピーマン 赤ピーマン キャベツ もやし	米 こんにやく じゃがいも でんぷん 砂糖 米油 ごま油	小	585	29.0	22.8
					中	727	33.4	20.3
火	しろごはん 牛乳 切干大根の旨煮 納豆みそ 野菜の和え物	牛乳 鶏肉 厚揚げ 豚肉 納豆 小麦みそ	切干大根 にんじん ごぼう 枝豆 長ねぎ 白菜 小松菜 キャベツ	米 じゃがいも こんにやく 砂糖 米油 ごま	小	620	25.3	24.8
					中	789	31.2	23.6
水	しろごはん 牛乳 ビーフストロガノフ スイートポテトサラダ 甘平	牛乳 牛肉 ロースハム カルパソ レッドギニー マローファットピース	にんにく 玉ねぎ エリンギ マッシュルーム トマト きゅうり にんじん 甘平	米 米油 さつまいも マヨネーズ 砂糖	小	658	22.6	27.6
					中	813	26.7	25.0
木	赤飯 牛乳 東温汁 若鶏の唐揚げ アーモンド和え レモンムース	小豆 牛乳 厚揚げ 鶏肉	大根 白菜 干しいたけ にんじん 葉ねぎ 長ねぎ しょうが にんにく もやし キャベツ 小松菜	米 もち米 さといも 米粉 もち麦粉 でんぷん 米油 アーモンド 砂糖 レモンムース	小	666	26.8	24.1
					中	768	30.3	23.2
金	コッペパン 牛乳 ABCスープ 魚のマヨネーズ焼き 大根サラダ 桃ジャム	牛乳 ベーコン 鯛 海草ミックス	玉ねぎ にんじん かぶ 白菜 パセリ 赤ピーマン コーン ブロッコリー きゅうり 大根 紅しくれ大根 紅くろり大根	パン ABCマカロニ じゃがいも マヨネーズ 砂糖 米油 桃ジャム	小	660	27.7	36.3
					中	794	32.8	35.0
月	もち麦ごはん 牛乳 あふたま丼 手作り芋ケンピ ゆず風味漬	牛乳 油揚げ 卵 かまぼこ	干しいたけ 玉ねぎ にんじん 長ねぎ かぶ 大根 紅しくれ大根 紅くろり大根 きゅうり ゆず	米 もち麦 砂糖 さつまいも 米油	小	674	23.5	25.8
					中	817	27.3	23.8
火	しろごはん 牛乳 むぎ麦スープ サイコロステーキ 青菜のナッツ和え	牛乳 ベーコン 牛肉	大根 チンゲン菜 玉ねぎ にんじん にんにく りんご 小松菜 ほうれん草 ケール キャベツ きくらげ	米 もち麦 じゃがいも 水あめ 砂糖 カシューナッツ	小	685	27.6	31.1
					中	842	32.5	28.9

* 献立表示のお知らせ

献立表日付の項目に、下記のマークが入っている日は特別メニューです。

♡ 行事食 ☆旬の献立 ☺ スクールランチコンテスト

♪ 日本の郷土料理 ◇ 愛媛FCコラボメニュー ◎ 教科学習で児童が考えた献立



日曜	献立名	主な材料名			栄養価			
		赤	緑	黄	たんぱく	たんぱく	脂質	
					kcal	g	%	
水	バーガーパン 牛乳 洋風煮込み 鮭キャベツカツ ゆで野菜 (袋) タルタルソース	牛乳 豚肉 ウインナー 鮭キャベツカツ	大根 玉ねぎ にんじん キャベツ パセリ きゅうり 小松菜 もやし	パン じゃがいも 米油 タルタルソース	小	670	26.1	35.9
					中	786	30.2	33.7
木	しろごはん 牛乳 けんちん汁 すり身揚げ おすわい	牛乳 鶏肉 厚揚げ 豆腐 魚すり身 ひじき 油揚 げ	干しいたけ たけのこ にんじん 大根 葉ねぎ 玉ねぎ ごぼう きくらげ 紅しくれ大根	米 こんにやく さといも 米粉 でんぷん 砂糖 米油 ごま	小	634	24.4	27.8
					中	782	28.5	25.4
金	黒糖パン 牛乳 ビーフン炒め カシューナッツいりこ 切干大根とひじきのサラダ (中) ヨーグルト	牛乳 豚肉 小煮干し ひじき (中) ヨーグルト	しょうが 干しいたけ キャベツ 玉ねぎ にんじん 葉ねぎ 長ねぎ にんにく 切干大根 きゅうり	パン 黒砂糖 ビーフン 米油 砂糖 カシューナッツ ごま油	小	592	24.8	27.2
					中	805	33.2	23.8
月	しろごはん 牛乳 磯煮 いかのレモン風味 即席漬	牛乳 ひじき 大豆 鶏肉 油揚げ じゃこ天 いか かつお節	にんじん しょうが レモン 白菜 チンゲン菜 たくあん	米 こんにやく 米油 砂糖 でんぷん	小	644	28.3	27.5
					中	796	33.4	25.3
火	しろごはん 牛乳 シーフードの フチプチ塩ラーメン 春巻き 切干大根の中華和え	牛乳 ほたて貝柱 いか	玉ねぎ キャベツ にんじん 長ねぎ 葉ねぎ きゅうり 切干大根 きくらげ	米 中華麺 もち麦 はるまき 米油 砂糖 ごま油	小	651	19.1	27.6
					中	816	22.3	26.7
水	米粉パン 牛乳 ホークビーンズ かみかみチップス 花野菜サラダ せとか	牛乳 大豆 豚肉 ベーコン 小煮干し 昆布	玉ねぎ にんじん パセリ にんにく トマト ブロッコリー かつお きゅうり コーン レモン せとか	米粉パン じゃがいも 米油 砂糖 アーモンド	小	639	28.5	31.4
					中	761	33.3	30.0
金	五穀ご飯 牛乳 厚揚げのみそ汁 はだか麦とコーンのかき揚げ キャベツと油揚げの和え物	牛乳 厚揚げ 小麦みそ 赤みそ ウインナー 油揚げ	大根 玉ねぎ にんじん しめじ 小松菜 長ねぎ 切干大根 コーン キャベツ もやし きゅうり ケール	米 五穀米 じゃがいも はだか麦 もち麦粉 米粉 米油 砂糖	小	644	19.8	29.8
					中	775	22.8	27.9
月	しろごはん 牛乳 フチプチマーボー豆腐 大豆かりんとう ナムル	牛乳 豆腐 豚肉 牛肉 赤みそ 小麦みそ 大豆	にんにく しょうが 玉ねぎ にんじん きくらげ たけのこ 長ねぎ もやし チンゲン菜 キャベツ	米 もち麦 砂糖 マーマレード でんぷん 黒砂糖 ごま ごま油	小	662	27.5	26.9
					中	817	32.0	24.7
火	しろごはん 牛乳 里芋と大根の煮物 さばのみそ煮 三色和え	牛乳 豚肉 大豆 厚揚げ さば 赤みそ 小麦みそ	大根 玉ねぎ にんじん 葉ねぎ しょうが 小松菜 もやし	米 さといも こんにやく 砂糖	小	666	27.0	30.4
					中	824	32.3	28.4

【保護者の皆さまへ】

※ 物資の都合により、材料や献立が変更になることがあります。

※ 食物アレルギーなどの心配のある方は、献立のご確認をお願いします。

※ 骨ごと食べられる魚やちりめんなどは、漁獲方法や加工方法等によりえび・いか・オキアミ等のコンタミネーションの恐れがあります。

