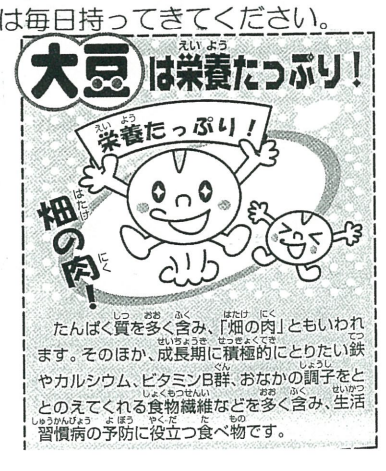
H26 2月 学校給食献立表

九度山町学校給食センター

日	曜日	こんだてめい しゅしょく	牛乳	ふくしょく・デザート	おもにねつやちからのもとになるもの（黄）	おもにからだのちやにくになるもの（赤）	おもにからだのちょうしをとのえるもの（緑）	カロリー小	カロリー中
3	月	ごはん	○	いわしのきしゅうに とさあえ だいずのいそに	こんにゃく あぶら ごはん　さとう	ぎゅうにゅう、ぎゅうにく いわしのきしゅうに、かつおぶし だいず、ひじき、あぶらあげ	はくさい、ほうれんそう にんじん	679	803
4	火	コッペパン	○	えびしゅうまい だいこんツナサラダ ちゅうかふうコーンスープ	あぶら さとう コッペパン	ぎゅうにゅう、たまご ロースハム、スキムミルク えびしゅうまい、ツナ	だいこん、ほうれんそう とうもろこし、にんじん たまねぎ、パセリ	743	926
5	水	ごはん	○	いかとだいこんのにもの ぐだくさんたまごやき そくせきづけ	こんにゃく さとう ごはん	ぎゅうにゅう、いか あつあげ、たまごやき しおこんぶ	にんじん、いんげんまめ だいこん、はくさい	708	866
6	木	ミックスパン	○	ベストサンド ポテトサラダ わかめスープ	あぶら、さとう じゃがいも ミックスパン　マヨネーズ	ぎゅうにゅう、ロースハム ベストサンド、わかめ とうふ	とうもろこし、にんじん きゅうり、えのき、ねぎ	776	910
7	金	たきこみごはん	○	まぐろのたつたあげ かやくうどん みかん	あぶら うどん たきこみごはん　かたくりこ	ぎゅうにゅう、まぐろ とりにく、かまぼこ こんぶ	しょうが、にんじん、はくさい えのき、ねぎ、しいたけ みかん	722	887
10	月	ごはん	○	にくじゃがに あさりのごまドレッシング なっとう	じゃがいも ごま、しらたき ごはん　さとう、あぶら	ぎゅうにゅう、ぎゅうにく ぶたにく、あさり なっとう	たまねぎ、にんじん グリンピース、ほうれんそう キャベツ	716	890
12	水	なめし	○	あげししゃも だいこんのゆかりあえ きんぴらごぼう	かたくりこ あぶら、さとう なめし　ごま、こんにゃく	ぎゅうにゅう、いか とりにく、あぶらあげ こもちししゃも	だいこん、きゅうり ゆかり、ごぼう、にんじん	696	885
13	木	カットパン	○	フルーツクリーム クリームオムレツ はくさいとぶたにくのスープ	さとう あぶら カットパン	ぎゅうにゅう、クリーム オムレツ、ぶたにく	パイナップル、みかん、もも はくさい、たまねぎ、にんじん だいこん、にんにく、セロリー	676	760
14	金	ごはん	○	しろみさかなフライ ブロッコリー、タルタルソース みそしる	あぶら タルタルソース ごはん	ぎゅうにゅう、わかめ とうふ、あぶらあげ しろみさかなフライ	ブロッコリー、にんじん ねぎ	711	846
17	月	ごはん	○	マーボーだいこん あげぎょうざ プリン、ふりかけ	ごまあぶら かたくりこ ごはん　さとう	ぎゅうにゅう、ぶたにく ぎょうざ、プリン	だいこん、にんじん、しいたけ しょうが、にんにく、ねぎ にら	695	843
18	火	カットパン	○	ボイルソーセージ ボイルキャベツ、クリーム スープ、トマト＆マスタード	さとう じゃがいも カットパン　バター	ぎゅうにゅう、ソーセージ えび、ベーコン スキムミルク	キャベツ、とうもろこし たまねぎ、にんじん はくさい、パセリ	729	870
19	水	むぎごはん	○	シーフードカレー かわりマカロニサラダ りんごのタルト	じゃがいも、バター マカロニ、ごまあぶら むぎごはん　マヨネーズ、タルト	ぎゅうにゅう、いか えび、あさり、ツナ ベーコン、こなチーズ	たまねぎ、にんじん グリンピース、パセリ	826	999
20	木	げんりょうコッペパン	○	スパゲッティミートソース いんげんのごまあえ マーシャルビーンズ	スパゲッティ ごま、さとう 減量パン　ごまあぶら	ぎゅうにゅう、ぎゅうにく とりにく、こなチーズ クリーム、ちりめん	たまねぎ、にんじん、セロリー しょうが、マッシュルーム グリンピース、いんげんまめ	722	879
21	金	ごはん	○	さばのしおやき なのはなあえ けんちんじる、うめぼし	さといも さとう ごはん　こんにゃく	ぎゅうにゅう、さば あつあげ	なのはな、だいこん ごぼう、にんじん、ねぎ うめぼし	624	756
24	月	むぎごはん	○	ぎゅうどん すのもの こざかなのつくだに	しらたき ごま、さとう むぎごはん　あぶら	ぎゅうにゅう、ぎゅうにく ぶたにく、わかめ かえりじゃこ	たまねぎ、にんじん、ねぎ きゅうり	681	841
25	火	コッペパン	○	とりにくのレモンソース ワンタンスープ、マーマレード こざかなアーモンド（小中）	かたくりこ あぶら、ジャム コッペパン　さとう	ぎゅうにゅう、とりにく にくいりわんたん うずらのたまご	はくさい、えのき、たまねぎ にんじん、ねぎ	780.	942
26	水	ひじきごはん	○	てづくりとんかつ ボイルキャベツ、ソース さつまじる	あぶら、パンこ さつまいも ひじきごはん　こむぎこ	ぎゅうにゅう、ぶたにく たまご、わかめ あぶらあげ	キャベツ、にんじん、たまねぎ ねぎ	705	887
27	木	うずまきパン	○	クリームシチュー グリーンサラダ、マヨネーズ ミルメーク（小中）	じゃがいも マヨネーズ うずまきパン	ぎゅうにゅう、ぶたにく スキムミルク	たまねぎ、にんじん、マッシュルーム パセリ、アスパラガス、きゅうり ブロッコリー、とうもろこし	719	845
28	金	ごはん	○	ちくわのいそべあげ ピーナッツあえ いしかりじる	あぶら、ピーナッツ じゃがいも ごはん　こんにゃく	ぎゅうにゅう、ちくわ あおのり、こなチーズ さけ、とうふ、ほたて	ほうれんそう、はくさい にんじん、ごぼう、ねぎ	692	862

材料等の都合により献立内容が変更する場合があります。ご了承ください。
＊おはしは毎日持ってきてください。

こんだてだより

3日（月）・・・節分給食です。いわしや大豆を使っています。