



H28 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			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)	おもにからだのちようしを ととのえるもの(緑)	カロリー 小	カロリー 中
		しゅしよく	牛乳	ふくしよく・デザート					
1	月	げんりょう なめし		てづくりかきあげ かやくうどん	さつまいも こむぎこ うどん	ぎゅうにゅう、えび、 たまご、とりにく、 かまぼこ	ごぼう、にんじん、ピーマン たまねぎ、しいたけ、ねぎ、	668	823
2	火	コッペパン		ブラウンシチュー じゃこサラダ	じゃがいも あぶら コッペパン ごまあぶら	ぎゅうにゅう、ぶたにく、 ちりめん	たまねぎ、にんじん、 グリーンピース、だいこん	649	779
3	水	ごはん		いわしのかばやきふう とさあえ はくさいのみそしる ふくまめ	かたくりこ あぶら、さとう ごはん	ぎゅうにゅう、いわし、 かつおぶし、あぶらあげ、 ふくまめ	しょうが、もやし、こまつな、 はくさい、にんじん、たまねぎ しろねぎ	744	904
4	木	コッペパン		いかのチリソース サンラータン ミルク(コーヒー)	かたくりこ あぶら コッペパン ミルク	ぎゅうにゅう、いか、 とりにく、とうふ、たまご	たまねぎ、しょうが、しろねぎ チンゲンサイ、にんじん、 しいたけ	796	959
5	金	ごはん		あつやきたまご こうやどうふのもの すのもの うめぼし	さとう、ごま ごはん	ぎゅうにゅう、わかめ あつやきたまご、とりにく あぶらあげ、こうやどうふ	はくさい、にんじん、もやし きゅうり、うめぼし	671	820
8	月	ごはん		ミートボールのあますあんかけ ブロッコリー マヨネーズ小袋 はくさいのスープ	あぶら、さとう ごまあぶら ごはん マヨネーズ	ぎゅうにゅう、ミートボール とうふ、ベーコン	ブロッコリー、はくさい、 えのきたけ、にんじん、 たまねぎ	700	842
9	火	コッペパン		ふゆやさいのクリームシチュー マカロニサラダ	じゃがいも マカロニ コッペパン あぶら	ぎゅうにゅう、とりにく、 スキムミルク、ハム	かぶ、ブロッコリー、たまねぎ にんじん、しめじ、はくさい、 キャベツ	658	791
10	水	ごはん		ちくわのてりやきふう はくさいのゆかりあえ だいこんのあかだし	かたくりこ ごま、さとう ごはん	ぎゅうにゅう、ちくわ ちりめん、わかめ、とうふ	はくさい、にんじん、だいこん しろねぎ	587	717
12	金	ごはん		マーボーだいこん こまつなサラダ	ごまあぶら さとう かたくりこ ごはん	ぎゅうにゅう、ぶたにく ツナ	だいこん、にんじん、しいたけ しょうが、にんにく、こまつな	588	720
15	月	ごはん		ごぼうたっぷりミンチカツ キャベツのこんぶあえ みそしる	あぶら ごはん	ぎゅうにゅう、ミンチカツ ちりめん、しおこぶ、 わかめ、とうふ	キャベツ、こまつな、だいこん にんじん	642	763
16	火	カットパン		やきそば そくせきづけ	やきそばめん カットパン	ぎゅうにゅう、ぶたにく、 えび、いか、あおのり	キャベツ、たまねぎ、にんじん にら、はくさい	620	761
17	水	ごはん		ほねくのいそべあげ ばいにくあえ すましじる	こむぎこ あぶら ごはん	ぎゅうにゅう、ほねく、 あおのり、とうふ、 わかめ	だいこん、はくさい、 えのきたけ	690	829
18	木	コッペパン		ミートかぼちゃ ポイルキャベツ ソース ウインナーとはくさいのスープ	あぶら コッペパン	ぎゅうにゅう、ウインナー	キャベツ、はくさい、たまねぎ にんじん、セロリ、にんにく	653	752
19	金	むぎごはん		カレーライス だいこんハムサラダ	じゃがいも さとう、あぶら むぎごはん	ぎゅうにゅう、ぶたにく こなチーズ、ハム	たまねぎ、にんじん、 グリーンピース、だいこん、 こまつな	670	828
22	月	ごはん		あげギョーザ チンゲンサイのスープ いよかん	あぶら ごはん	ぎゅうにゅう、ギョーザ ぶたにく、とうふ	チンゲンサイ、にんじん、 もやし、いよかん	566	705
23	火	コッペパン		ポークビーンズ ピーナッツあえ	さとう マーガリン ピーナッツ コッペパン	ぎゅうにゅう、ぶたにく、 しろいんげんまめ	たまねぎ、コーン、にんじん グリーンピース、しめじ、もやし こまつな	611	728
24	水	ごはん		ホキのマヨネーズやき そえやさい ぶたにくとはくさいのスープ	マヨネーズ ごはん	ぎゅうにゅう、ホキ、 ぶたにく	たまねぎ、コーン、パセリ、もやし キャベツ、はくさい、にんじん だいこん、セロリ、にんにく	637	778
25	木	コッペパン		オムレツ コールスローサラダ レタスとウインナーのスープ	さとう マーガリン ピーナッツ コッペパン	ぎゅうにゅう、オムレツ ウインナー	キャベツ、にんじん、レタス、 たまねぎ、セロリ、にんにく	599	699
26	金	ごはん		このはどんぶり わふうツナサラダ	さとう、あぶら ごはん	ぎゅうにゅう、あぶらあげ たまご、かまぼこ、ツナ	たまねぎ、ねぎ、キャベツ、 にんじん、だいこん、	673	834
29	月	げんりょう ごはん		チゲふううどん かいそうサラダ	うどん、あぶら ごまあぶら げんりょう ごはん	ぎゅうにゅう、ぶたにく たまご、わかめ、ちりめん	はくさいキムチ、しいたけ、 にら、もやし、だいこん、 にんじん	565	683

材料等の都合により献立内容が変更することがあります。ご了承下さい。

*おはしは毎日持ってきてください。

こんだてだより

3日 節分の行事食です(いわしのかばやきふう、ふくまめ)。



節分 冬から春になる日

節分は、立春の前日で、冬から春に変わる節目の日です。節分には「福は内、鬼は外」とかけ声をかけながら豆をまきます。



そして1年の健康を願い、いった大豆を年の数だけ食べます。玄間にイワシの頭をひいらぎの枝に刺して飾ったり、「恵方巻き」というのり巻きや焼いたイワシを食べる風習もあります。