

令和4年（2022年） 2月 学校給食献立表



九度山町学校給食センター

※すべての日に牛乳  がつきます。

日	曜日	こんだてめい	ざいりょうめい				エネルギー (kcal)
			おもにからだの ちやにくになるもの (赤)	おもにからだのちやうしを ととのえるもの (緑)	おもにねつやちからの もとななるもの (黄)	ちやうみりやう	
1	火	カットパン フルーツクリーム ポークビーンズ	なまクリーム ぶたにく、いんげんまめ	みかん、もも、パイナップル たまねぎ、にんじん、いんげん、しめじ、 トマト	コッペパン ホイップクリーム、さとう じゃがいも、さとう	ケチャップ、コンソメ、しお	678 812
2	水	ごはん いわしのかばやき はくさいのゆかりあえ みそしる	いわし とうふ、あぶらあげ	しょうが はくさい、ゆかり だいこん、こまつな、にんじん	ごはん かたくりこ、あぶら、さとう しょうゆ、さけ	しょうゆ、さけ かつおだし、みそ	621 746
3	木	げんりょうパン やきそば だいこんツナサラダ	ぶたにく、いか、あおりのり ツナ	キャベツ、たまねぎ、にんじん、ら だいこん、ほうれんそう、レモン、かじゅう	コッペパン やきそばめん、あぶら さとう、あぶら	ソース、ケチャップ、しお しょうゆ、す、しお、こしょう	630 731
4	金	ごはん チーズはんぺんフライ ひじきのいりに りんご	チーズはんぺんフライ ひじき、とり、に、だいす、 あぶらあげ	こんにやく、にんじん りんご	ごはん あぶら さとう、あぶら	しょうゆ、さけ、みりん、わふうだし しょうゆ、さけ、みりん、わふうだし	675 789
7	月	ピピンパ (そぼろ) (ナムル) わかめとたまごのスープ	とり、ぶたにく たまご、とうふ、わかめ	しょうが もやし、ほうれんそう、ぜんまい、にんじん しいたけ、ねぎ	むぎごはん さとう、ごまあぶら さとう、ごま、ごまあぶら	しょうゆ、つ、パンジャン しょうゆ、みりん、わふうだし、 ラー油 しょうゆ、さけ、ちゅうかスープ、しお	593 684
8	火	ごはん さばのしおやき ごまあえ とんじる	さば ぶたにく、とうふ	こまつな、もやし はくさい、だいこん、こんにやく、にんじん、 ねぎ	ごはん ごま、さとう さといも	しお しょうゆ かつおだし、みそ	623 759
9	水	ごはん あげししゃも こうやどつ、とやさいのうまに うめぼし	ししゃも とり、に、こうやどつ	だいこん、たけのこ、にんじん、いんげん うめぼし	ごはん かたくりこ、あぶら さとう、まいも、さとう	しょうゆ、みりん、さけ、わふうだし しょうゆ、みりん、さけ、わふうだし	637 796
10	木	コッペパン てづくりハンバーグ ブロッコリーとコーンのサラダ きのこスープ	ぶたにく、ぎゅうにく、たまご、 とり、に、ぎゅうにく	たまねぎ、にんじん ブロッコリー、コーン たまねぎ、しめじ、えのき、まいたけ、 にんじん	コッペパン パンこ あぶら、さとう	しお、こしょう、ナツメグ、 ケチャップ、ソース、ワイン す、しお、こしょう コンソメ、とりからスープ、 しょうゆ、しお、こしょう	655 787
14	月	ごはん じゃがぶたキムチ ナムル おこめのムース	ぶたにく たまねぎ、はくさい、キムチ、にんじん、 しらたき、にら ほうれんそう、もやし、にんじん	ごはん じゃがいも、さとう ごま、ごまあぶら おこめのムース	ごはん しょうゆ、さけ、みりん しょうゆ しょうゆ	632 741	
15	火	コッペパン しろみさかなフライ ポイルキャベツ ノンエッグタルタルソース チンゲンサイのスープ	メルルーサ、たまご キャベツ	チンゲンサイ、たまねぎ、もやし、にんじん、 しいたけ	コッペパン こむぎこ、パンこ、あぶら	しお、こしょう ノンエッグタルタルソース しょうゆ、ちゅうかスープ、しお、 こしょう	674 792
16	水	げんりょうわかめごはん きつねうどん あさりのごまドレッシング	あぶらあげ、かまぼこ あさり	にんじん、しいたけ、ねぎ キャベツ、ほうれんそう、にんじん	わかめごはん うどん、さとう ごま、さとう、あぶら	かつおだし、こんぶだし、みりん、 しょうゆ、さけ、わふうだし、しお しょうゆ、す	609 705
17	木	コッペパン しろみさかなのピザふうやき ポトフ	ホキ、チーズ ソーセージ	たまねぎ、コーン、ピーマン キャベツ、たまねぎ、かぶ、にんじん、セロリ	コッペパン じゃがいも	ケチャップ、しお、こしょう コンソメ、しょうゆ、しお、こしょう	569 681
18	金	ごはん ビッグからあげ おかかあえ みそしる	とり、に かつおぶし とうふ、あぶらあげ、わかめ	しょうが、にんにく はくさい、ほうれんそう だいこん、にんじん、ねぎ	ごはん かたくりこ、あぶら さとう	しょうゆ、さけ、しお しょうゆ かつおだし、みそ	678 833
21	月	カレーライス ナタデココいり フルーツヨーグルト	ぎゅうにく、ぶたにく ヨーグルト	たまねぎ、にんじん、いんげん みかん、もも、パイナップル	むぎごはん じゃがいも、あぶら ナタデココ、さとう	カレーウケチャップ、ソース、 スープストック、カレー、しお	653 792
22	火	あげパン ブラウンシチュー かいそうサラダ	ぎゅうにく、ぶたにく、 こなチーズ かいそうミックス、 ちりめんじゃこ	たまねぎ、にんじん、しめじ、りんご、 にんにく だいこん、にんじん	コッペパン、あぶら、さとう じゃがいも ごまあぶら、さとう	ビーフシチュー、ウケチャップ、 ソース、スープストック、しお、 こしょう しょうゆ、す、しお、こしょう	649 751
24	木	コッペパン えびフリッター クリームスープ ぼんかん	えびフリッター とり、に、スキムミルク	たまねぎ、はくさい、にんじん、コーン、 パセリ ぼんかん	コッペパン あぶら じゃがいも、バター	クリームスープ、スープストック、 しお、こしょう	711 847
25	金	ごはん マーボーとうふ ちゅうかサラダ	とうふ、ぶたにく チキンハム	たけのこ、にんじん、ねぎ、ら、しいたけ、 にんにく、しょうが キャベツ、もやし、きゅうり、にんじん	ごはん さとう、かたくりこ、 ごまあぶら はるさめ、さとう、ごま、 ごまあぶら	みそ、しょうゆ、さけ、 ちゅうかスープ、トウバンジャン しょうゆ、す	631 758
28	月	ごはん はっほうさい あげショウマイ うめぼし	ぶたにく、いか、えび、 うすらたまご ショウマイ	はくさい、たまねぎ、たけのこ、にんじん、 しいたけ、ねぎ、しょうが うめぼし	ごはん かたくりこ、さとう、 ごまあぶら あぶら	しょうゆ、さけ、ちゅうかスープ、 しお、こしょう	654 805

※材料等の都合により献立内容を変更することがあります。ご了承ください。



※おはしは毎日持ってきてください。スプーンマーク  の白にはスプーンがつきます。

給食だより



令和4年2月

くどやまちょうがっこうきゅうしょく
九度山町学校給食センター

連日厳しい寒さが続いています。2月4日は「立春」です。立春の前日2月3日は「節分」です。節分は「季節の分かれ目」という意味で、冬から春へと季節が移り変わっていくことを表しています。暦の上ではもう春ですね。

節分には、鬼(=邪気、悪いこと)を払う行事が行われます。豆まきをしたり、炒った大豆を歳の数だけ食べたり、恵方巻きを丸かじりしたりもします。また、いわしの頭をひいらぎの枝に刺して、玄関に飾ったりもします。

給食でも、2日にいわしを使った献立を予定しています。一年の健康と幸福を祈って、しっかり食べましょう。

大豆の変身クイズにもチャレンジしてみてね!



アンコール献立結果発表

「もう一度食べたい献立」のリクエストを募集しました。結果は表のとおりです。リクエストと共にメッセージもたくさんいただきましたので、一部ご紹介します。ご協力ありがとうございました。

2月と3月の献立にできるだけ取り入れていきますので、お楽しみに!

線であつなごう! 大豆のへんしんクイズ

大豆は、いろいろな食べものに「へんしん」します。左側のカードの文章をよく読んで、右側の食べものカードと線であつなごう。

- 大豆と塩と麹を混ぜると、これにへんしん!
ヒント: 赤や白などいろいろな種類がある。
しょうゆ
- 大豆を蒸してしぼって、にがりで固めると、これにへんしん!
ヒント: 四角いものや丸いものがある。
とうふ
- 大豆を煮して菌をつけて寝かせると、これにへんしん!
ヒント: ごはんにかけて食べるとおいしい。
もやし
- 大豆と塩水と麹などを混ぜると、これにへんしん!
ヒント: 和食に欠かせない調味料。
きなこ
- 大豆を煮てよくしぼると、これにへんしん!
ヒント: そのまま飲んだり、お菓子に使うことも。
みそ
- 大豆を煎って粉にすると、これにへんしん!
ヒント: おもちや揚げパンにまぶすとおいしい。
豆乳
- 大豆をしぼった後に残ったものは、これにへんしん!
ヒント: 「卵の花」「雪花菜」という別の名前もある。
なっとう
- 大豆が成長して芽が出ると、これにへんしん!
ヒント: 給食でもよく使われている。
おから

こたえ ①-しょうゆ ②-とうふ ③-もやし ④-きなこ ⑤-みそ ⑥-豆乳 ⑦-なっとう ⑧-おから

	くどやましょうがっこう 九度山小学校	かゑししょうがっこう 河根小中学校	くどやまちゅうがっこう 九度山中学校	くどやまようちえん 九度山幼稚園	
主食	1位	わかめごはん	あげパン	わかめごはん	あげパン
	2位	あげパン	メロンパン	メロンパン	メロンパン
	3位	メロンパン	わかめごはん	あげパン	カットパン
	4位以下	白ごはん ゆかりごはん		炊き込みごはん	
おかず	1位	チーズはんぺんフライ	ビッグからあげ	チーズはんぺんフライ	からあげ
	2位	からあげ	ハンバーグ 鶏肉のレモンソース	ビッグからあげ	いかりんあげ
	3位	きつねうどん	もやしのナムル 手作りがきあげ	ししゃも	カレー
	4位以下	納豆 くじらの竜田揚げ	豚キムチ くじらの竜田揚げ	豚キムチ	
デザート	1位	アイス	アイス	お米のムース	フルーツヨーグルト
	2位	お米のムース	プリン	クレープ	フルーツポンチ
	3位	フルーツポンチ	ケーキ フルーツ白玉 フルーツヨーグルト	ガトーショコラ フルーツ類(みかん)	マーシャルピーンズ
	4位以下	フルーツヨーグルト ミルメーク		フルーツポンチ	

メロンパンは特別感があって大好き!
ちょうどいい甘さ!

揚げパンの回数を増やしてほしい!

しんどいこと、うれしいことがあった日も、いつでも出てくる給食が毎日の楽しみです。

チーズはんぺんフライを大きくしてほしい! ひとつ2つにしてほしい!

野菜が嫌いだけど、給食のサラダはとてもおいしいです。

いつもおいしい給食をありがとうございます。給食が大好きです。これからもおいしい給食を作ってください。