

令和3年度 2月分学校給食献立予定表

金山町学校給食共同調理場

きいろ：熱や力のもとになる      あか：体をつくるもとになる      みどり：体の調子をととのえる

	月	火	水	木	金
こんだてめい		<b>1</b> ごはん いわしの蒲焼き じゃがいもの鶏みそ炒め 玉ねぎのみそ汁 牛乳 小714 中867キロカロリー	<b>2</b> みそラーメン 春巻き ごぼうサラダ 牛乳 小637 中784キロカロリー	<b>3 節分献立</b> ゆかりごはん 玉子スティック ツナサラダ 手巻きのみ 牛乳 小665 中798キロカロリー	<b>4</b> チキンカレーライス わかめ和え オレンジ 牛乳 小677 中821キロカロリー
		★ごはん さとう あぶら ごま くだりこ じゃがいも	ちゅうかめん あぶら はるまきのかわ ごまあぶら	★ごはん マヨネーズ すいとん	★ごはん あぶら じゃがいも カレールウ
		いわし とりにく わかめ ★とうふ みそ ぎゅうにゅう	ぶたにく みそ ぎゅうにゅう	たまご ツナ とりにく のり だいす ぎゅうにゅう	とりにく だいす スキムミルク わかめ ぎゅうにゅう
		にんにく しょうが ★むきまめ たまねぎ	にんにく にんじん もやし ★キャベツ コーン きゅうり ★ねぎ ごぼう フロccoli	★キャベツ きゅうり にんじん ★だいこん ★ねぎ ごぼう	にんにく しょうが たまねぎ にんじん トマト ★キャベツ もやし しょうが オレンジ
こんだてめい	<b>7 金中のみ</b> ごはん 手作り豆腐ナゲット ビーフン炒め キムチ汁 牛乳 中842キロカロリー	<b>8</b> 肉丼 野菜の梅サラダ えのきのみそ汁 チーズ 牛乳 小661 中787キロカロリー	<b>9 金小1,2年なし</b> 黒パン あじ香草フライ コールスローサラダ イタリアンスープ 牛乳 小663 中828キロカロリー	<b>10</b> ごはん 豚肉のバーベキューソース いそ和え みそけんちん汁 牛乳 小636 中768キロカロリー	<b>11</b>  建国記念の日
	★ごはん あぶら ビーフン	★ごはん さとう あぶら	くらパン パンこ あぶら	★ごはん さとう あぶら ごまあぶら	
	★とうふ とりにく ひじき たまご ハム ぶたにく みそ ぎゅうにゅう	ぶたにく ちくわ ★とうふ ぶ みそ チーズ ぎゅうにゅう	あじ ハム ベーコン こなチーズ たまご ぎゅうにゅう	ぶたにく のり とりにく ★とうふ みそ ぎゅうにゅう	
	たまねぎ にんじん ★ねぎ しょうが にんにく ★キャベツ ビーマン ★だいこん はくさいキムチ	こんにゃく たまねぎ にんじん ごぼう ★ねぎ ★キャベツ きゅうり えのきたけ	★キャベツ にんじん きゅうり たまねぎ コーン チンゲンサイ	たまねぎ にんにく りんご ほうれんそう にんじん もやし ★だいこん ★ねぎ こんにゃく	
こんだてめい	<b>14</b> カレーピラフ ハート型ハンバーグ 豆のピクニック はるか(柑橘系果物) 牛乳 小677 中850キロカロリー	<b>15</b> ごはん エピカツ 豚肉と野菜のピリ辛炒め ぶのみそ汁 牛乳 小633 中773キロカロリー	<b>16 金中リクエストメニュー</b> ココア揚げパン 照り焼きチキン 海藻サラダ 千切り野菜のスープ プリン 牛乳 小708 中846キロカロリー	<b>17</b> ごはん さばの割烹焼き もやしとコーンのみそバター 小松菜のみそ汁 牛乳 小650 中782キロカロリー	<b>18</b> ごはん 納豆 コーンシューマイ ゆかり和え なめこのかき卵汁 牛乳 小641 中775キロカロリー
	★ごはん あぶら さとう	★ごはん パンこ あぶら	コッパン あぶら さとう ごまあぶら プリン	★ごはん あぶら バター	★ごはん シューマイのかわ タラ
	とりにく ぶたにく だいす ぎゅうにゅう	エビ ぶたにく ★とうふ みそ ぶ ぎゅうにゅう	とりにく かいそう ハム ぎゅうにゅう	さば ハム ★あつあげ みそ ぎゅうにゅう	なっとう ちくわ ★とうふ たまご みそ ぎゅうにゅう
	たまねぎ にんじん コーン ビーマン グリンピース マッシュルーム にんにく トマト はるか	しょうが にんじん ★キャベツ しめじ さやいんげん ★ねぎ	フロccoli もやし にんじん たまねぎ ★キャベツ チンゲンサイ	もやし コーン にんじん ビーマン ごまつな えのきたけ	コーン たまねぎ ★だいこん ★キャベツ きゅうり にんじん なめこ ★ねぎ
こんだてめい	<b>21</b> ごはん タラフライ マーボー春雨 白菜のみそ汁 牛乳 小688 中852キロカロリー	<b>22</b> ごはん のりの佃煮 厚焼玉子 和風サラダ 豚汁 牛乳 小664 中779キロカロリー	<b>23</b>  天皇誕生日	<b>24</b> ごはん さわらのみそ田楽 鶏肉と大根の煮物 キャベツのみそ汁 牛乳 小638 中770キロカロリー	<b>25</b> ハヤシライス アスパラ菜のサラダ いよかんゼリー 牛乳 小709 中854キロカロリー
	★ごはん パンこ あぶら ごまあぶら ほるさめ くだりこ	★ごはん ごま ごまあぶら		★ごはん あぶら さとう	★ごはん あぶら じゃがいも さとう いよかんゼリー
	タラ ぶたにく あぶらあげ みそ ぎゅうにゅう	たまご あぶらあげ ぶたにく かつおぶし ★あつあげ みそ のり ぎゅうにゅう		さわら とりにく ★あつあげ みそ ぎゅうにゅう	ぶたにく だいす ハム
	しょうが にんにく たまねぎ にんじん ニラ ★はくさい しめじ	★キャベツ にんじん ごまつな ★だいこん こんにゃく ごぼう ★ねぎ		★だいこん にんじん こんにゃく さやいんげん ほししいだけ ★キャベツ しめじ	にんにく たまねぎ にんじん しめじ トマト アスパラな ★キャベツ コーン
こんだてめい	<b>28 雪若丸給食</b> 雪若丸ごはん ほっけ昆布醤油焼き 洋風きんぴら のっぺい汁 牛乳 小608 中726キロカロリー	<b>今月の金山産紹介</b>  ○お米 (はえぬき) ○キャベツ・白菜・大根・ねぎ (夢市グループ) ○豆腐・厚揚げ (ならだいのトーフ屋) ○むきまめ (天口鯉屋)			 <b>節分と「豆」</b> 節分に豆まきをするのは、靈力が があると考えられている豆の力で、 鬼に負立てた災いや邪気を追いは らうためだといわれています。 また、豆を年の数、もしくは年 の数に1つ足して食べる風習もあ ります。
	ごはん あぶら ごま さといも さとう	・都合により、献立が変更になる場合があります。 ・小：小学校 中：中学校のカロリーになります。 ・★は金山産の食材を使用する 予定です。			
	ほっけ ベーコン ぶたにく ★とうふ ぎゅうにゅう				
	ごぼう にんじん こんにゃく ★ねぎ ビーマン ほししいだけ ★だいこん				