



令和2年2月分 学校給食献立予定表



たべものはたらきについてかんがえましょう

日 曜	こんだてめい	おもにからだをつくるものとなる		おもにからだのちょうしをととのえる		おもにエネルギーのもととなる		献立に含まれるアレルギー表示 (特定原材料及びそれに準ずる27品目)
		1ぐん	2ぐん	3ぐん	4ぐん	5ぐん	6ぐん	
		さかな・にく・たまご まめ・まめせいひん	ぎゅうにゅう にゅうせいひん こさかな・かいそう	いろいろいやさい	そのたのやさい・くだもの・きのこ	こめ・パン・めん いも・さとう	ゆし・しじつ	
3月	ごはん					【こめ】		
	ぎゅうにゅう		【ぎゅうにゅう】					乳
	かすじる	【ぶたにく】・【とうふ】 しろみそ		にんじん	だいこん・えのきたけ・ねぎ しょうが		あぶら	豚肉 大豆
	ひじきのいために	マグロフレーク	ひじき	にんじん	とうもろこし	さとう	あぶら	大豆 小麦
	いりだいず	だいず	かたくちいわし			さつまいも・さとう	あぶら・ごま	大豆 ごま
4火	ちゅうかめん					【ちゅうかめん】		小麦
	ぎゅうにゅう		【ぎゅうにゅう】					乳
	とんこつラーメン	【ぶたにく】・なると 【やきぶた】		にんじん	キャベツ・もやし・ねぎ		あぶら	豚肉 小麦 大豆 鶏肉 ごま ゼラチン
	☆あげギョーザ・3こ	ぶたにく・とりにく			キャベツ・たまねぎ・にんにく しょうが	でんぷん・さとう こむぎこ	ごまあぶら あぶら	豚肉 鶏肉 大豆 小麦 ごま
	*デコボン				デコボン			
5水	ごはん					【こめ】		
	ぎゅうにゅう		【ぎゅうにゅう】					乳
	ベジタブルスープ	ウインナー		にんじん・ブロッコリー	たまねぎ・とうもろこし	じゃがいも	あぶら	豚肉 大豆
	☆とりにくのマリアナソース	とりにく			しょうが	でんぷん・さとう	あぶら	鶏肉 大豆 小麦 りんご
	さけふりかけ	さけ				さとう	ごま・あぶら	さけ ごま 大豆
6木	ごはん					【こめ】		
	ぎゅうにゅう		【ぎゅうにゅう】					乳
	ポークカレー	【ぶたにく】		にんじん	たまねぎ・グリーンピース	じゃがいも	カレールウ あぶら	豚肉 小麦 大豆 りんご パナナ
	フルーツクリームヨーグルト		ヨーグルト なまクリーム		みかん・パイ もも・ナタデココ	さとう		もも 乳
7金	ごはん					【こめ】		
	ぎゅうにゅう		【ぎゅうにゅう】					乳
	ごじる	【ぶたにく】・ミックスみそ 【とうふ】・だいずペースト		にんじん	だいこん・ねぎ・しょうが	さといも	あぶら	豚肉 大豆
	てりどり	とりにく			しょうが	さとう	あぶら	鶏肉 大豆 小麦
	◎ブロッコリーのおかかあえ	かつおぶし		ブロッコリー				大豆 小麦
10月	ごはん					【こめ】		
	ぎゅうにゅう		【ぎゅうにゅう】					乳
	わかめのちゅうかスープ	【ぶたにく】 【やきぶた】	わかめ	にんじん	もやし・とうもろこし ほししいたけ・ねぎ		ごま・あぶら ごまあぶら	豚肉 小麦 大豆 ごま 鶏肉
	☆れんこんサンドフライ	とりにく			【れんこん】・たまねぎ しいたけ	パンこ・でんぷん こむぎこ	あぶら	鶏肉 大豆 小麦
	*ヨーグルト		ヨーグルト					乳
12水	ごはん					【こめ】		
	ぎゅうにゅう		【ぎゅうにゅう】					乳
	すいとんじる	あぶらあげ		にんじん	はくさい・だいこん・ねぎ	すいとん		小麦 大豆
	さんまのぎんがみやき	さんま・みそ				さとう・こめこ		大豆
13木	*ピタパン					ピタパン		小麦 大豆 乳
	ぎゅうにゅう		【ぎゅうにゅう】					乳
	ポークビーンズ	【ぶたにく】・【だいず】		にんじん・トマト	たまねぎ・マッシュルーム グリーンピース・ピーツ	じゃがいも・さとう	あぶら	大豆 豚肉 りんご
	☆ハムカツ	とりにく				じゃがいも・でんぷん こめこのパンこ・さとう	あぶら	鶏肉 大豆
	(とんかつソース)							大豆 りんご
	◎コーンサラダ				キャベツ・とうもろこし きゅうり		ドレッシング	ごま 小麦 大豆
	ココアパウダー					ココアパウダー		大豆
14金 セレクト	ごこくごはん					【こめ】・ごこく		
	ぎゅうにゅう		【ぎゅうにゅう】					乳
	かんとうに	とりにく・はんぺん	こんぶ	にんじん	だいこん	さといも・さとう こんにゃく	あぶら	鶏肉 大豆 小麦
	とうふのソフト焼きそぼろあん	【とうふ】・すりみ とりにく		こまつな・かぼちゃ		でんぷん・さとう こめこのパンこ	あぶら	大豆 鶏肉 小麦
	*ガトーショコラ					ガトーショコラ		大豆
	*いちごのクレープ	いちごのクレープ						大豆

- ・* ____ するしのデコボンのかわ・からぶくろ、ピタパン、ガトーショコラ、いちごのクレープ、りんごのからぶくろ、ヨーグルトのからようき・スプーンはぎょうしゃがはいしゅうします。
- ・◆はおうぼこんだてです。 ・サラダは、なまやさいではなく、すべてゆでてしゅうします。
- ・【 】のしょくひんはあいちけんさんのものをしゅうしています。(てんこうにより、さんちがかわることがあります。)
- ・こんだてめいに () できさいされているちょうみりょうは、こぶくろタイプです。
- ・◎するしはセンターでドレッシングなどであえてあります。 ・☆するしはセンターであげてちょうりしてあります。
- ・3日、14日、17日、26日のおかずには、調味料に乳・卵・小麦・えび・かにを含むことがあります、食材にはこれらのアレルギーとそば・落花生を含んでいません。



好評献立のレシピを公開しています。



令和2年2月分 学校給食献立予定表



たべもののはたらきについてかんがえましょう

日曜	こんだてめい	おもにからだをつくるものになる		おもにからだのちょうしをととのえる		おもにエネルギーのもとになる		献立に含まれるアレルギー表示 (特定原材料及びそれに準ずる27品目)
		1ぐん	2ぐん	3ぐん	4ぐん	5ぐん	6ぐん	
		さかな・にく・たまご まめ・まめせいひん	ぎゅうにゅう にゅうせいひん ごさかな・かいそう	いろのこいやさい	そのたのやさい・くだもの・きのこ	こめ・パン・めん いも・さとう	ゆし・しゅじつ	
17月	むぎごはん					【こめ】・おおむぎ		
	ぎゅうにゅう		【ぎゅうにゅう】					乳
	ぶたじる	【ぶたにく】・【とうふ】 あぶらあげ・あかみそ		にんじん	ごぼう・だいこん・ねぎ	さといも	あぶら	豚肉 大豆
	さばのしおやき	さば					あぶら	さば
	◎こまつなのおひたし			こまつな・にんじん		さとう		大豆 小麦
18火	わかめごはん		わかめ			【こめ】		
	ぎゅうにゅう		【ぎゅうにゅう】					乳
	とうにゅうなべ	【ぶたにく】・かにだんご しろみそ・とうにゅう		にんじん	はくさい・しめじたけ・ねぎ	しらたき	あぶら	豚肉 かに 大豆 小麦
	◆ツナそぼろ	マグロフレーク こうやとうふ		にんじん	しょうが	さとう	あぶら	大豆 小麦
	*りんご				りんご			りんご
19水	ごはん					【こめ】		
	ぎゅうにゅう		【ぎゅうにゅう】					乳
	すきやき	ぎゅうにく・かまぼこ		にんじん	はくさい・えのきたけ・ねぎ	かくふ・こんにやく さとう	あぶら	牛肉 小麦 大豆
	☆あじフリッター・3こ	あじ	オキアミ・あおさ			こむぎこ・でんぷん さとう・こめこ	あぶら	大豆 小麦
	◎いんげんのごまあえ			さやいんげん		さとう	ごま	ごま 小麦 大豆 さば 乳 鶏肉
20木	ごはん					【こめ】		
	ぎゅうにゅう		【ぎゅうにゅう】					乳
	ハヤシライス	ぎゅうにく	なまクリーム	にんじん	たまねぎ・グリーンピース	じゃがいも	ハヤシルウ あぶら	牛肉 小麦 大豆 豚肉 りんご 鶏肉 乳
	れんこんサラダ (ごまドレッシング)	マグロフレーク		にんじん	【れんこん】・きゅうり とうもろこし		ドレッシング	大豆 大豆 小麦 ごま
	しらたまうどん					【しらたまうどん】		小麦
21金	ぎゅうにゅう		【ぎゅうにゅう】					乳
	きざみきつねうどん	とりにく・あぶらあげ かまぼこ		にんじん	はくさい・えのきたけ ねぎ・ほししいたけ	さとう	あぶら	鶏肉 大豆 小麦
	☆かきあげ (てんつゆ)			にんじん・しゅんぎく	たまねぎ・ごぼう	こむぎこ	あぶら	小麦 大豆
	がまごおりみかんプチゼリー・2こ					【がまごおりみかんプチゼリー】		
	ごはん					【こめ】		
25火	ぎゅうにゅう		【ぎゅうにゅう】					乳
	かきたまじる	【たまご】・とりにく かまぼこ		にんじん・【みつば】	えのきたけ・ほししいたけ	でんぷん	あぶら	卵 鶏肉 小麦 大豆
	☆いわしのかばやき	いわし				でんぷん・こめこ さとう	あぶら	大豆 小麦
	ごはん					【こめ】		
26水	ぎゅうにゅう		【ぎゅうにゅう】					乳
	コーンスープ	ベーコン		にんじん・パセリ	とうもろこし・たまねぎ		あぶら	豚肉 大豆 小麦
	ハンバーグのバーベキューソース	とりにく・ぶたにく			たまねぎ・りんご・レモン	じゃがいも・さとう	あぶら	鶏肉 大豆 豚肉 りんご
	◎ブロッコリーのドレッシングあえ			ブロッコリー			ドレッシング	小麦 大豆 りんご 鶏肉 豚肉
27木	りんごパン				りんご	パン		小麦 乳 大豆 豚肉 りんご
	ぎゅうにゅう		【ぎゅうにゅう】					乳
	ふゆやさいのシチュー	ベーコン・とうにゅう		にんじん・ブロッコリー	たまねぎ・だいこん・はくさい		ホワイトルウ あぶら	豚肉 大豆
	やきフランクフルト	ぶたにく				さとう	あぶら	豚肉
	◎ほうれんそうのささみあえ	ささみフレーク		【ほうれんそう】			ドレッシング	鶏肉 大豆 ゼラチン 小麦 りんご 豚肉
コーヒーパウダー					コーヒーパウダー			
28金	むぎごはん					【こめ】・おおむぎ		
	ぎゅうにゅう		【ぎゅうにゅう】					乳
	はるさめスープ	【ぶたにく】・えび		にんじん	ねぎ・ほししいたけ とうもろこし	はるさめ	あぶら	豚肉 えび 鶏肉 大豆 小麦
	☆にくだんごのあますあん	にくだんご		ピーマン・あかパプリカ	たまねぎ	さとう・でんぷん	あぶら	鶏肉 豚肉 大豆 小麦

- ・* ____ するしのデコボンのかわ・からぶくろ、ピタパン、ガトーショコラ、いちごのクレープ、りんごのからぶくろ、ヨーグルトのからようき・スプーンはぎょうしゃがかいしゅうします。
- ・◆はおうぼこんだてです。 ・サラダは、なまやさいではなく、すべてゆでてしゅうします。
- ・【 】のしょくひんはあいちけんさんのものをしゅうしています。(てんこうにより、さんちがかわることがあります。)
- ・こんだてめいに () できさいされているちょうみりょうは、こぶくろタイプです。
- ・◎しるしはセンターでドレッシングなどであえてあります。 ・☆しるしはセンターであけてちょうりしてあります。
- ・3日、14日、17日、26日のおかずには、調味料に乳・卵・小麦・えび・かにを含むことがあります、
食材にはこれらのアレルギーとそば・落花生を含んでいません。

