



令和6年 2月分 学校給食予定献立表

小学校

《 19 回 》

松伏町学校給食センター ほほえみ

日	曜	こんだてめい	えいようりょう		しょくひんめい		
			エネルギー Kカロリー	たんぱく しつ g	力 や 熱 の も と に な る き の 食 品	血 や 肉 を つ く る あ か の 食 品	体 の ち ょ う し を と と の え る み ど り の 食 品
1	木	ごはん ぎゅうにゅう ニョッキいりスープ コーンフライ ひじきとキャベツのサラダ	606	18.1	こめ ニョッキ こめあぶら バター	ぎゅうにゅう ひじき ショルダーベーコン	キャベツ こまつな たまねぎ にんじん はくさい えのきたけ しめじ コーンフライ
2★	金	むぎごはん ぎゅうにゅう とうふのあんかけどん れんこんのきんぴら とうにゅうプリン	622	28.5	こめ むぎ でんぷん さとう ごま ごまあぶら こめあぶら	ぎゅうにゅう とうふ えび ぶたにく とりにく とうにゅうプリン	こんにゃく しょうが にんじん ほうれんそう れんこん えのきたけ しめじ
5	月	ごはん ぎゅうにゅう ちゅうかだんごスープ はるまき パンサンスー	662	18.4	こめ はるさめ さとう ごま ごまあぶら こめあぶら	ぎゅうにゅう にくだんご	キャベツ きゅうり たまねぎ いら にんじん はくさい しいたけ はるまき
6	火	あげパン (ココアアーモンド) ぎゅうにゅう チキンブロス パンネアラヒアータ	632	24.2	コッペパン こめあぶら アーモンドこ さとう パンネマカロニ こめ オリーブオイル	ぎゅうにゅう ショルダーベーコン とりにく	かぶ キャベツ たまねぎ トマト にんじん にんにく パセリ かぶのは
7	水	ごはん ぎゅうにゅう ぶたキムチスープ しゅうまい2こ だいこんのナムル	585	24.1	こめ ごまあぶら	ぎゅうにゅう なまあげ ぶたにく	しょうが だいこん にんじん ねぎ はくさい キムチ えのきたけ きくらげ しゅうまい
8	木	じごなうどん ぎゅうにゅう おかめうどん ししゃもいそペフリッター5ねん~2ほん ごぼうサラダ	616	27.0	じごなうどん やきふ でんぷん さとう こめあぶら	ぎゅうにゅう あぶらあげ ししゃもいそペフリッター かまぼこ とりにく	きゅうり ごぼう にんじん ねぎ ほうれんそう もやし しいたけ
9	金	ごはん ぎゅうにゅう やさいかレースープ とりにくのマーマレードやき ジャーマンポテト	589	28.7	こめ じゃがいも でんぷん さとう マーマレード こめあぶら パター	ぎゅうにゅう ぶたにく ショルダーベーコン とりにく	こまつな だいこん たまねぎ にんじん マッシュルーム パセリ
13	火	ごはん (さいのきすな) ぎゅうにゅう にくじゃが いかのこうみやき やさいのごますあえ	622	29.7	こめ じゃがいも さとう ごま ごまあぶら こめあぶら	ぎゅうにゅう いか さつまあげ ぶたにく	こんにゃく さやいんげん キャベツ きゅうり しょうが たまねぎ にんじん にんにく ねぎ えのきたけ
14	水	ごはん ぎゅうにゅう いなかふうスープ ハートがたチキンカツ かぼちゃサラダ	606	24.4	こめ マカロニ じゃがいも こめあぶら パター マヨネーズ	ぎゅうにゅう とりにく ハートがたチキンカツ	かぼちゃ きゅうり たまねぎ にんじん ほうれんそう しめじ
15	木	ちゅうかめん ぎゅうにゅう タンメン チーズむしばん チンゲンサイのいためもの	667	27.6	ちゅうかめん むしパンミックス ごまあぶら こめあぶら	ぎゅうにゅう なんと ぶたにく チーズ	キャベツ たまねぎ チンゲンサイ いら にんじん はくさい もやし きくらげ
16	金	ごはん ぎゅうにゅう みそけんちんじる ぶたにくのしょうがやき きりぼしだいこんのもの	653	32.4	こめ さといも でんぷん さとう こめあぶら	ぎゅうにゅう とうふ さつまあげ ぶたにく	ごぼう しょうが だいこん きりぼしだいこん にんじん ねぎ しいたけ
19	月	ごはん (さいのきすな) ぎゅうにゅう さわにわん さばのしおやき はくさいのあえもの	619	32.9	こめ こめあぶら	ぎゅうにゅう とうふがんすう さば ぶたにく	きゅうり ごぼう こまつな にんじん ねぎ はくさい えのきたけ
20★	火	むぎごはん ぎゅうにゅう チキンカレー やさいソテー いよかん	614	23.8	こめ むぎ じゃがいも こめあぶら パター カレールウ	ぎゅうにゅう ハム とりにく だっしふんにゅう	キャベツ しょうが たまねぎ とうもろこし にんじん にんにく ピーマン いよかん
21	水	ごはん ぎゅうにゅう はるさめスープ ぎょうぎ2こ きぬあげのホイコーロー	629	24.4	こめ でんぷん はるさめ ごまあぶら こめあぶら	ぎゅうにゅう きぬあげ ぶたにく とりにく	キャベツ しょうが にんじん ねぎ はくさい もやし しいたけ ぎょうぎ
22	木	ごはん ぎゅうにゅう じゃがいものみそじる とりにくのからあげ2こ ごまあえ	654	30.2	こめ こむぎこ じゃがいも でんぷん さとう ねりごま こめあぶら	ぎゅうにゅう わかめ とりにく	こまつな にんじん ねぎ はくさい もやし えのきたけ
26	月	ごはん (さいのきすな) ぎゅうにゅう すいとんじる キャベツメンチ おほかあえ	683	24.0	こめ すいとん こめあぶら	ぎゅうにゅう かつおぶし とりにく キャベツメンチ	こまつな だいこん にんじん ねぎ はくさい もやし しめじ
27	火	しょくパン フロッコリーのシチュー ツナオムレツ コーンサラダ のむヨーグルトセレクト	590	25.9	しょくパン じゃがいも こめあぶら ホワイトルウ	ぶたにく ツナオムレツ ぎゅうにゅう なまクリーム のむヨーグルト チーズ	キャベツ きゅうり たまねぎ とうもろこし にんじん フロッコリー
28	水	ごはん ぎゅうにゅう ワンタンスープ しろみざかなのチリソース もやしとメンマのいためもの	596	21.7	こめ ワンタン でんぷん さとう ごまあぶら こめあぶら	ぎゅうにゅう なんと しろみざかなフリッター ぶたにく	キャベツ こまつな しょうが メンマ たまねぎ いら にんじん にんにく ねぎ もやし しいたけ
29	木	むぎごはん ぎゅうにゅう とりにくどん こんにゃくとごぼうのみそいため	592	27.1	こめ むぎ さとう こめあぶら	ぎゅうにゅう きぬあげ ぶたにく とりにく	こんにゃく さやいんげん ごぼう しょうが たまねぎ にんじん ねぎ はくさい しいたけ
へいきんえいようりょう			623	26.0	※ 毎月19日は「食育の日」です ※ 献立は、材料の都合により変更することがありますので、あらかじめご了承ください。 ※ (★) 印の日に、放送用資料があります。		
ひょうじゅんりょう			650	26.8	※ 「はし」は毎日清潔なものを持ってきましょう。 ※ 「スプーン」は 〆 印のついた日に持ってきましょう。		

