



2月の給食献立表



(中学校)

日付 曜日	献立名	材 料					栄養価 エネルギー たんぱく質	
		主に体の組織を作る		主に体の調子を整える		主にエネルギーになる		
		肉・魚・卵・豆・豆製品	牛乳・小魚・海藻	緑黄色野菜	その他の野菜・くだもの・きのこ	米・パン・めん・いも・砂糖		油脂
1 (木)	中華丼(麦)	豚肉 イカ エビ		にんじん	はくさい たまねぎ 筍 根深ねぎ しいたけ しょうが	米 麦 砂糖 でん粉	油	784
	牛乳		牛乳					28.1
	蒸しギョウザ	キョーザ						
	中華サラダ			チンゲンサイ にんじん	もやし きくらげ	春雨 砂糖	ごま ごま油	
2 (金)	ごはん 牛乳		牛乳			米		787
	豚汁	厚揚げ 豚肉 麦みそ		にんじん	こんにやく ごぼう 根深ねぎ	じゃがいも		31.6
	鰯のしょうが煮	鰯 生姜煮						
	小松菜の炒め物	揚げかまぼこ		こまつな	キャベツ		油	
5 (月)	ごはん 牛乳		牛乳			米		821
	どさんこ汁	豚肉 米みそ		にんじん	たまねぎ とうもろこし 根深ねぎ	じゃがいも	バター	32.8
	鶏肉の照り焼き	鶏肉			しょうが	砂糖		
	干し大根の卵とじ	卵 ベーコン		にんじん いんげん	ゆで干大根	砂糖	油	
6 (火)	混ぜごはん	鶏肉 油揚げ		にんじん	ごぼうこんにやく しいたけ	米 砂糖		752
	牛乳		牛乳					31.8
	団子汁	つくね 豆腐	わかめ	にんじん	たまねぎ えのきたけ			
	鮭フライ	鮭フライ					油	
7 (水)	チキンカレー(麦)	鶏肉		にんじん	たまねぎ グリンピース りんご	米 麦 じゃがいも	油	864
	牛乳		牛乳					31.5
	キャベツとウィンナーのソテー	フランクフルト		こまつな	キャベツ とうもろこし		油	
	ぼんかん				ぼんかん			
8 (木)	ごはん 牛乳		牛乳			米		819
	かきたま汁	卵 豆腐 はんぺん			たまねぎ えのきたけ 根深ねぎ	でん粉		33.2
	鯖のソースかけ	鯖			しょうが	でん粉 砂糖	油	
	アーモンド和え			ほうれんそう にんじん	きゅうり もやし	砂糖	アーモンド	
9 (金)	ごはん 牛乳		牛乳			米		780
	マカロニスープ	ベーコン		にんじん	たまねぎ キャベツ	マカロニ じゃがいも		31.1
	豆腐入りミートローフ1食ケチャップ	合挽き肉 豆腐		にんじん	たまねぎ	パン粉		
	カラフルサラダ			パプリカ	キャベツ きゅうり とうもろこし 枝豆	砂糖	油	
13 (火)	ごはん 牛乳		牛乳			米		765
	肉みそおでん	鶏肉 棒天 米みそ		にんじん いんげん	だいこんこんにやく	じゃがいも 砂糖		35.8
	鱈の塩こうじ焼き	鱈						
	もやしとにらの炒め物	豚肉		にら	もやし		油	
14 (水)	ごはん 牛乳		牛乳			米		823
	わかめと卵のスープ	豆腐 卵	わかめ		たまねぎ えのきたけ しょうが	でん粉	ごま油	30.8
	ヤンニョムチキン	鶏肉				でん粉 砂糖	油 ごま油	
	ナムル			ほうれんそう にんじん	もやし	砂糖	ごま ごま油	
15 (木)	ポークトマトライス	豚肉			たまねぎ しめじ	米	バター	808
	牛乳		牛乳					27.6
	白いんげん豆のスープ	鶏肉 白いんげん豆		チンゲンサイ にんじん	たまねぎ キャベツ			
	ジャーマンポテト	ベーコン			たまねぎ	じゃがいも	油	
16 (金)	ごはん 牛乳		牛乳			精米		739
	すき焼き	牛肉 厚揚げ		にんじん	はくさい 糸こんにやく えのきたけ 根深ねぎ	マロニー 砂糖	油	33.3
	ごま和え			ほうれんそう	キャベツ もやし	砂糖	ごま	
	大豆と小魚の佃煮	大豆	煮干			砂糖 水あめ 黒砂糖		
19 (月)	ごはん 牛乳		牛乳			米		783
	カレーうどん	豚肉 ちくわ		にんじん	たまねぎ 根深ねぎ	うどん		32
	鶏肉とレバーの三色炒め	鶏肉 レバー		青ピーマン にんじん	しょうが たまねぎ	でん粉 砂糖	油	
	ごはん 牛乳		牛乳			米		750
20 (火)	白菜と肉団子のスープ	つくね		こまつな にんじん	はくさい たまねぎ しいたけ	春雨		25.7
	鱈のチリソース	鱈			しょうが 根深ねぎ	砂糖	油 ごま油	
	レモンサラダ				キャベツ たまねぎ きゅうり レモン汁	砂糖	油	
	ハヤシライス(麦)	牛肉	牛乳	にんじん	たまねぎ グリンピース	米 麦 小麦粉	マーガリン 油	841
21 (水)	牛乳		牛乳					29.5
	野菜とツナのステー	ツナ		こまつな にんじん	キャベツ とうもろこし		油	
	りんご				りんご			
	ごはん 牛乳		牛乳			米		814
22 (木)	親子煮	鶏肉 卵 凍り豆腐		にんじん いんげん	たまねぎ	じゃがいも 砂糖		34.1
	納豆みそ	納豆 豚肉 赤みそ		こねぎ	しょうが	砂糖	油	
	キャベツの甘酢和え			にんじん	キャベツ だいこん きゅうり	砂糖		
	ごはん 牛乳		牛乳			米		730
26 (月)	けんちん汁	豆腐 鶏肉		にんじん	ごぼう 根深ねぎ	じゃがいも		28.7
	鰯の梅煮	鰯 梅煮						
	野菜の炒め物	揚げかまぼこ		こまつな	キャベツ		油	
	麦ごはん 牛乳		牛乳			米 麦		796
27 (火)	肉じゃが	豚肉		にんじん いんげん	たまねぎこんにやく	じゃがいも 砂糖	油	26.9
	シシャモフライ		ししゃもフライ				油	
	ミックスキャベツ			にんじん	キャベツ			
	1食ノンエッグタルタルソース						ノンエッグタルタル ソース	
28 (水)	バターライス					米	バター	790
	牛乳		牛乳					30.1
	ポトフ	鶏肉 フランクフルト		にんじん	たまねぎ キャベツ セロリー	じゃがいも		
	トマトミートオムレツ	オムレツ						
29 (木)	白菜とりんごのサラダ				はくさい きゅうり りんご	砂糖	油	
	ごはん 牛乳		牛乳			米		784
	豆腐の中華煮	豆腐 豚肉 米みそ		にんじん いんげん	筍 しょうが たまねぎ しいたけ	でん粉 砂糖	油	30.9
	ショウロンポウ	ショウロンポウ						
干大根の中華サラダ				ゆで干大根 きゅうり とうもろこし	砂糖	ごま ごま油		

※都合により献立を変更することがあります。

(令和6年2月 大村市教育委員会)

★給食準備の時は、衛生面に気を付けて、マスクを着用しましょう。

2月の学校給食費の納付期限(口座振替日)は、2月29日です。