

がつぶんきゅうしょくこんだてよていひょう
2月分給食献立予定表

やめしがつこうがくしよくかい
 八女市学校給食会

日	曜	献立名	おもに体をつくるものになる食品	おもに体の調子を整えるものになる食品	おもにエネルギーのもとになる食品	エネルギーたんぱく質	
3	月	ごはん ぎゅうにゅう いわしのうめみそに きりぼしだいこんのもの もずくじる せつぶんまめ	ぎゅうにゅう いわし みそ あぶらあげ もずく とろろ かまぼこ だいず	うめ しそ にんじん いんげん きりぼしだいこん しいたけ たまねぎ えのき にんじん ねぎ	こめ さとう こめこ さとう さとう	610kcal 22.5g	
4	火	ごはん ぎゅうにゅう いもに ちくさあえ	ぎゅうにゅう ぎゅうにく ちくわ あぶらあげ	にんじん ごぼう こんにやく えのき しめじ ふかねぎ にんじん キャベツ こまつな	さとうもろこし あぶら さとう しろごま さとう あぶら	575kcal 19.5g	
5	水	むぎごはん ぎゅうにゅう だいこんとぶたにくのピリからに ワンスープ ぼんかん	ぎゅうにゅう ぶたにく にくだんご	だいこん にんじん こんにやく ふかねぎ にんにく しょうが にんじん こまつな はくさい ぼんかん	こめ むぎ あぶら さとう しろごま ごまあぶら ワントン	620kcal 22.4g	
6	木	こまつなとらすのまぜごはん ぎゅうにゅう こうやどうふのたまごとし さわにわん	しらすぼし ぎゅうにゅう こうやどうふ とりにく かまぼこ たまご ぶたにく	こまつな にんじん たまねぎ いんげん にんじん ごぼう たけのこ しいたけ えのき ねぎ	こめ しろごま あぶら ごまあぶら さとう	556kcal 25g	
7	金	ワンローフパン りんごジャム ぎゅうにゅう ホキフライ サラダ こんさいミネストローネ	ぎゅうにゅう ホキ ベーコン	にんじん キャベツ コーン たまねぎ にんじん だいこん ごぼう れんこん パセリ トマト	パン ジャム パンこ こむぎこ でんぶん あぶら さとう あぶら じゃがいも おしむぎ	614kcal 22.6g	
10	月	ごはん ぎゅうにゅう みそおでん しらすあえ	ぎゅうにゅう とりにく ちくわ あつあげ にくだんご こんぶ みそ しらすぼし わかめ	だいこん こんにやく にんじん もやし こまつな にんじん	こめ さとうもろこし さとう さとう	568kcal 21.7g	
11	火	けんこくきねんひ 建国記念の日					
12	水	むぎごはん ぎゅうにゅう さかなのごまけチャップがらめ おかかあえ すましじる	ぎゅうにゅう さば かつおぶし とうふ わかめ	キャベツ だいこん にんじん にんじん たまねぎ えのき ねぎ しいたけ	こめ むぎ こむぎこ でんぶん さとう あぶら しろごま	588kcal 26.1g	
13	木	わかめごはん ぎゅうにゅう ちゃんどん カリカリアーモンド りんご	わかめ ぎゅうにゅう ぶたにく あさり てんぷら いりこ	にんじん たまねぎ キャベツ もやし ねぎ りんご	こめ うどん アーモンド さとう しろごま	645kcal 23.2g	
14	金	コッペパン ぎゅうにゅう ビーフシチュー だいこんマリネ	ぎゅうにゅう ぎゅうにく ハム	たまねぎ にんじん しめじ だいこん たまねぎ みずな レモンじる	パン じゃがいも あぶら こむぎこ パター あぶら さとう	621kcal 24.5g	
17	月	ごはん ぎゅうにゅう チャプチェ とうふとたまごのちゅうかスープ ヨーグルト	ぎゅうにゅう ぎゅうにく ベーコン とうふ たまご ヨーグルト	にんじん こまつな たまねぎ エリンギ チンゲンサイ たまねぎ えのき	こめ さとう はるさめ しろごま ごまあぶら でんぶん	611kcal 23.1g	
18	火	ひじきごはん ぎゅうにゅう ししゃもフライ キャベツのレモンあえ みそじる	とりにく ひじき ぎゅうにゅう ししゃも あおさ わかめ とうふ あぶらあげ みそ	にんじん えだまめ キャベツ レモンじる たまねぎ にんじん ねぎ たまねぎ にんじん りんご	こめ さとう あぶら パンこ こむぎこ でんぶん あぶら じゃがいも	600kcal 22.8g	
19	水	地産地消の日 新メニュー ビーンズカレーライス ぎゅうにゅう うめドレッシングサラダ いちご	ぶたにく ひよこまめ だいず ぎゅうにゅう ハム	キャベツ だいこん にんじん うめ いちご	こめ こめ むぎ じゃがいも カレールウ あぶら ノンエッグマヨネーズ さとう しろごま	640kcal 22.9g	
20	木	ごはん ぎゅうにゅう にぎかな かおりあえ のっぺいじる	ぎゅうにゅう さば のり あつあげ	しょうが こまつな もやし だいこん にんじん ごぼう ねぎ しいたけ	こめ さとう じゃがいも でんぶん	648kcal 23g	
21	金	ワンローフパン いちごジャム ぎゅうにゅう ふゆやさいのクリームに フレンチサラダ	ぎゅうにゅう とりにく ぎゅうにゅう	はくさい たまねぎ にんじん しめじ ブロッコリー カリフラワー みかん キャベツ にんじん	パン ジャム じゃがいも こむぎこ あぶら パター あぶら	575kcal 21.7g	
24	月	ふりかえきゅうじつ 振替休日					
25	火	せきはん ぎゅうにゅう さばゆずみそに おひたし かきたまじる	あずき ぎゅうにゅう さば みそ かつおぶし たまご とうふ わかめ	ゆず もやし にんじん こまつな えのき にんじん たまねぎ ねぎ	こめ もちごめ しろごま さとう こめこ でんぶん	569kcal 24.1g	
26	水	かんぱん ぎゅうにゅう とりにくのトマトソースに コンソメスープ いよかん	ぎゅうにゅう とりにく ベーコン	キャベツ たまねぎ ふかねぎ トマト たまねぎ にんじん パセリ いよかん	こめ むぎ じゃがいも	598kcal 22.1g	
27	木	むぎごはん ぎゅうにゅう くきわかめのもの だんごじる なつとう	ぎゅうにゅう くきわかめ ぎゅうにく ぶたにく あぶらあげ みそ なつとう	こんにやく にんじん だいこん はくさい ねぎ ごぼう	こめ むぎ さとう しろごま あぶら じゃがいも しろたまご こむぎこ	613kcal 23.4g	
28	金	あげパン ぎゅうにゅう キャベツとまめのサラダ ラビオリスープ	きなこ ぎゅうにゅう とりささみ しろいんげんまめ とりにく ぶたにく ベーコン	キャベツ にんじん たまねぎ にんじん	パン しろごま あぶら さとう あぶら こむぎこ パンこ さとう	588kcal 22.2g	

※学校行事など、都合により献立が変更になる場合がありますが、ご了承ください。

※料理ごとに使っている食品が分かるように、献立名にそって食品名を載せています。

※2月19日(水)の大豆といちごは、八女市の地産地消の取り組みとしていただいています。