

2月 小学校給食献立表



目標

マナーを守って食べよう

大府市教育委員会

日曜	献立名	体をつくる		体の調子をととのえる		エネルギーになる		エネルギー (kcal) たんぱく質 (g)	
		1群	2群	3群	4群	5群	6群		
1 水	ごはん 牛乳		牛乳				米	641	
	とりにくのしょうゆこうじやき	鶏肉							
	ひじきのいために	はんぺん	ひじき	にんじん さやいんげん			砂糖		米油
	ごじる	豚肉 大豆 豆腐 豆乳 みそ		にんじん ねぎ	こんにゃく だいこん ごぼう ねぎ				
	がまごおりみかんゼリー				みかん果汁	砂糖			27.8
2 木	ごはん 牛乳		牛乳				米	590	
	とうふハンバーグの わふうあんかけ	豆腐 鶏肉		ねぎ	玉ねぎ ねぎ えのきたけ しょうが	米粉パン粉 じゃがいも 砂糖 でんぷん	油		
	ぶたにくとだいこんのもの	豚肉 はんぺん		にんじん さやいんげん	だいこん こんにゃく	砂糖			
	いそかあえ(きざみのり)		のり	ほうれんそう	もやし	砂糖			25.7
3 金	ごはん 牛乳		牛乳				米	585	
	いわしのかばやき	いわし				砂糖 米粉 でんぷん	米油		
	なばなのあえもの	ささみ		なばな	もやし コーン	砂糖			
	さわにわん	豚肉 豆腐		にんじん ねぎ	だいこん ごぼう 干しいたけ ねぎ	でんぷん			
せつぶんまめ	大豆							27.8	
6 月	むぎごはん 牛乳		牛乳				米 大麦	603	
	カレー	豚肉	牛乳	にんじん	玉ねぎ	じゃがいも			
	にんじんサラダ	ハム		にんじん	キャベツ コーン レモン果汁	砂糖	オリーブ油		
	りんご				りんご				19.6
7 火	ちゅうかめん 牛乳		牛乳				中華めん	594	
	ピリからラーメンスープ	豚肉 みそ		にんじん いら	キャベツ もやし キムチ漬け				
	しゅうまい(2こ)	豚肉 鶏肉 たらすり身			玉ねぎ	でんぷん パン粉 小麦粉			
	きりぼしだいこんのちゅうかあえ	ツナ		チンゲンサイ	切り干し大根	砂糖	ごま油 ごま		
	ブルーン				ブルーン				36.2
8 水	むぎごはん 牛乳		牛乳				米 大麦	639	
	まぐろとこうやどうふのあげに	まぐろ 高野豆腐		にんじん		でんぷん 米粉 砂糖	米油		
	はくさいのうめおかかあえ	かつお節		かいわれ大根	はくさい 切り干し大根 梅	砂糖			
	かきたまじる	卵 豆腐 かまぼこ		にんじん ねぎ	ねぎ 玉ねぎ	でんぷん			29.3
9 木	ごはん 牛乳		牛乳				米	662	
	さばのこうみやき	さば			しょうが にんにく	でんぷん			
	ブロッコリーのごまあえ			ブロッコリー		砂糖	ごま		
	ぶたじる	豚肉 豆腐 みそ		にんじん ねぎ	だいこん ごぼう ねぎ	さといも			29.9
10 金	ごもくごはん(アルファかまい) 牛乳	鶏肉 油揚げ	牛乳	にんじん	ごぼう 干しいたけ	アルファ化米 アルファ化もち米 砂糖	米油	593	
	あいちのれんこんいりつくね(2こ)	鶏肉			れんこん 玉ねぎ	砂糖	油		
	こうのものあえ				キャベツ 大根漬け				
	とうふとゆばのすましじる	豆腐 湯葉		にんじん こまつな	だいこん 玉ねぎ えのきたけ				
	いちごゼリー				いちご果汁	砂糖			24.0
13 月	むぎごはん 牛乳		牛乳				米 大麦	627	
	マーボーどうふ	豚肉 鶏レバー 豆腐 みそ		にんじん ねぎ	玉ねぎ ねぎ しょうが	砂糖 でんぷん			
	キャベツのちゅうかあえ	焼き豚		チンゲンサイ	キャベツ コーン	はるさめ 砂糖	ごま油 ごま		
	ぼんかん				ぼんかん				26.3
14 火	ココアあげパン (こがたロールパン) 牛乳		牛乳				パン 砂糖	米油	598
	ふゆやさいのポトフ	フランクフルト		にんじん ブロッコリー	玉ねぎ かぶ はくさい	じゃがいも			
	ツナサラダ (ごみじおドレッシング)	ツナ			キャベツ きゅうり コーン		ドレッシング		
	ひとくちチーズ(2こ)		チーズ					24.9	
15 水	ごはん 牛乳		牛乳				米	620	
	さわらのてりやき	さわら			しょうが	砂糖 でんぷん			
	きりぼしだいこんのふくめに	ツナ		にんじん さやいんげん	切り干し大根	砂糖	米油		
	こんさいのかすじる	豚肉 油揚げ みそ		にんじん ねぎ	ごぼう しめじ ねぎ	じゃがいも			



＜今月の愛知県産の野菜・くだもの＞
 キャベツ・きゅうり・こまつな・だいこん・切り干し大根・チンゲンサイ・なばな・にんじん・ねぎ
 はくさい・ブロッコリー・ほうれんそう・れんこん・かぶ・かいわれ大根・いちご・ぼんかん

2月 小学校給食献立表



目標

マナーを守って食べよう

大府市教育委員会

日 曜	献立名	体をつくる		体の調子をととのえる		エネルギーになる		エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)
		1群	2群	3群	4群	5群	6群		
16 木	むぎごはん 牛乳		牛乳			米 大麦		622	
	ピビンバ(にくたまごそぼろ) (やさいナムル)	豚肉 鶏レバー 卵			にんにく	砂糖	米油		
	(たれ)	みそ		ほうれんそう	もやし	砂糖	ごま油		
	ビーフンスープ	鶏肉	わかめ	にんじん いら	玉ねぎ たくさい 干しいたけ	砂糖	ごま油		
	ヨーグルト		ヨーグルト						
17 金	ごはん 牛乳		牛乳			米		598	
	いわしのうめに	いわし		赤じそ	梅肉	砂糖 でんぷん			
	はくさいとぎゅうにくのもの	牛肉 かまぼこ 豆腐		にんじん ねぎ	えのきたけ ねぎ こんにやく はくさい	砂糖			
こまつなのおひたし			こまつな	もやし	砂糖		26.2		
20 月	ごはん 牛乳		牛乳			米		628	
	こめこうじハンバーグ	豚肉	こんぶ	ほうれんそう にんじん	玉ねぎ れんこん	パン粉 でんぷん			
	【ピストロおぶちゃん きゅうしょくメニューのひ ふゆやさいの あまからソースいため	みそ		ブロッコリー ねぎ	れんこん ねぎ	砂糖	ごま油 ごま		
	のっぺいじる	鶏肉 豆腐		にんじん こまつな	だいこん ごぼう 干しいたけ	砂糖	さといも でんぷん		
	ピーチゼリー				もも果汁	砂糖			
25.1									
21 火	しらたまうどん 牛乳		牛乳			白玉うどん		609	
	みそにこみうどんじる	鶏肉 油揚げ かまぼこ みそ		にんじん ねぎ	はくさい ねぎ 干しいたけ	砂糖 でんぷん			
	なっとういりかきあげ	納豆			玉ねぎ エリンギ	ながいも 小麦粉	米油		
	やさいとわかめのあえもの		わかめ		キャベツ きゅうり				
23.8									
22 水	ごはん 牛乳		牛乳			米		686	
	さばのしおこうじやき	さば							
	うのはなのいりに	おから ちくわ		にんじん	コーン 枝豆	砂糖	米油 ごま油		
28.0									
24 金	むぎごはん 牛乳		牛乳			米 大麦		660	
	ハヤシライス	牛肉		にんじん パセリ トマト	玉ねぎ エリンギ	じゃがいも 小麦粉 砂糖	豆乳マーガリン		
	やさいとウインナーのソテー	ウインナー		赤ピーマン	キャベツ 黄ピーマン		米油		
	てづくりナタデココオレンジゼリー				ナタデココ オレンジジュース	砂糖			
20.9									
27 月	むぎごはん 牛乳		牛乳			米 大麦		614	
	あげぎょうざ(2こ)	豚肉		いら	キャベツ 玉ねぎ	パン粉 でんぷん 小麦粉	米油		
	はるさめとひじきのあえもの	ツナ	ひじき	にんじん	キャベツ コーン	はるさめ 砂糖	ごま油		
	ぶたキムチスープ	豚肉 豆腐		にんじん いら ねぎ	もやし キムチ漬け ねぎ				
	かんそうござかな		かたくちいわし			砂糖			
25.0									
28 火	クロスロールパン 牛乳		牛乳			パン		559	
	キャロットポタージュ とうにゅうじたて	ベーコン 豆乳		にんじん パセリ	玉ねぎ コーン	でんぷん	米油		
	シーフードサラダ (イタリアンドレッシング)	いか えび			キャベツ きゅうり 枝豆		ドレッシング		
	いちご(2こ)				いちご				
23.9									



21日(火) みそにこみうどんじる
(郷土料理)

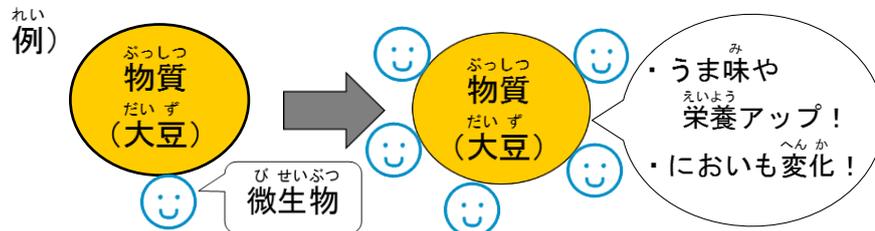
大府市のホームページでは【学校給食でお勧めレシピ】として栄養教諭や給食調理員がお勧めするレシピを掲載しています。ぜひご覧いただき、家庭でもお試しください。



平均値	617
	25.9
基準値	630
	26.0

腸内環境を整える強い味方! 発酵食品

発酵とは 微生物が物質にくっついて、うま味や栄養を増やし人間にとってよい影響を与えることを言います。



★代表的な発酵菌と発酵食品★



今月の給食にも色々な発酵食品を使っています。おうちでも取り入れて毎日を元気に過ごしましょう!

・物資の都合により献立を変更することがありますので、ご了承ください。・献立について不明な点は、各学校までお問い合わせください。