

2月 小学校給食献立表



目標

マナーを守って楽しく食べよう

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)
		1群	2群	3群	4群	5群	6群	たんぱく質 (g)
1 火	ごはん 牛乳		牛乳			米		573
	レバーいりつくね(2こ)	鶏肉 鶏レバー			玉ねぎ	米粉パン粉 砂糖 でんぷん	油	
	ひじきのいために	ツナ	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	こんにやく だいこん ごぼう ねぎ			
2 水	ごはん 牛乳		牛乳			米		605
	けんちんしのだのごまだれかけ	豆腐 油揚げ たらすり身	ひじき	にんじん		砂糖 でんぷん	ごま 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 こんにやく	砂糖		
	キャベツのゆかりあえ			赤じそ	キャベツ			
3 木	むぎごはん 牛乳		牛乳			米 大麦		607
	いわしのかばやき	いわし				でんぷん 砂糖 米粉	米油	
	なばなどささみのあえもの	ささみ		なばな	切り干し大根 コーン	砂糖		
	えびだんごじる	えび団子 豆腐	わかめ	にんじん ねぎ	えのきたけ ねぎ			
4 金	クロスロールパン 牛乳		牛乳			パン		599
	とりにくのパーベキューソースかけ	鶏肉			レモン果汁 にんにく りんご	砂糖		
	かいそうサラダ (イタリアンドレッシング)	ツナ	わかめ こんぶ 茎わかめ のり	にんじん	キャベツ		ドレッシング	
	かぶとはくさいのスープに	ベーコン		にんじん	はくさい かぶ 玉ねぎ しめじ			
7 月	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 砂糖 アルファ化もち米		580
	ぶりのみりんやき	ぶり				砂糖		
	キャベツとたくあんのあえもの				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 ねぎ	だいこん 玉ねぎ えのきたけ ねぎ			
8 火	ごはん 牛乳		牛乳			米		631
	ハンバーグのおろしソースかけ	牛肉 豚肉 鶏肉			玉ねぎ だいこん	パン粉 砂糖 でんぷん		
	こまつなのあえもの			こまつな	もやし コーン	砂糖		
	いしかりじる	さけ 豆腐 油揚げ みそ		ねぎ	だいこん ごぼう しめじ ねぎ	じゃがいも		
9 水	むぎごはん 牛乳		牛乳			米 大麦		628
	ハヤシライス	豚肉		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	
	チキンとれんこんのサラダ (ごまドレッシング)	ささみ			れんこん 枝豆 コーン キャベツ		ごまドレッシング	
	いちご(2こ)				いちご			
10 木	むぎごはん 牛乳		牛乳			米 大麦		612
	ビビンバ(にくたまごそぼろ)	豚肉 鶏レバー 卵			にんにく	砂糖	米油	
	(やさいなムル)			ほうれんそう	もやし	砂糖	ごま油	
	(たれ)	みそ			しょうが	砂糖	ごま油	
	ワンタンスープ	鶏肉		にんじん ねぎ チンゲンサイ	干しいたけ 玉ねぎ ねぎ	ワンタン皮 でんぷん		
ヨーグルト		ヨーグルト					28.7	
14 月	むぎごはん 牛乳		牛乳			米 大麦		641
	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		
	マーボー豆腐	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		
	チンゲンサイのいためもの	ツナ		チンゲンサイ	エリンギ		ごま油	
15 火	ごはん 牛乳		牛乳			米		614
	いわしのうめに	いわし		赤じそ	梅肉	砂糖 でんぷん		
	ごもくきんぴら	豚肉		にんじん さやいんげん	ごぼう れんこん こんにやく	砂糖	ごま油	
	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		
	ぼんかん				ぼんかん			
16 水	牛乳		牛乳					605
	きなこあげパン(こがたロールパン)	きな粉				パン 砂糖	米油	
	ひよこまめのポークビーンズ	豚肉 ひよこ豆		にんじん パセリ トマト	玉ねぎ	じゃがいも 砂糖		
	カラフルソテー	ウィンナー		赤ピーマン	キャベツ 黄ピーマン		米油	
ひとくちチーズ(2こ)		チーズ					25.7	
17 木	ごはん 牛乳		牛乳			米		610
	さばのしおこうじやき	さば						
	いそかあえ(きざみのり)		のり	ほうれんそう	もやし	砂糖		
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		27.1	

うらへつづきます

2月 小学校給食献立表



目標

マナーを守って楽しく食べよう

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	
18 金	むぎごはん 牛乳		牛乳			米 大麦		630
	とりにくとレバーのあげに	鶏肉 鶏レバー				でんぷん 砂糖	米油	
	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	
	ピリからじる	豚肉 豆腐		にんじん いらねぎ	もやし キムチ漬けねぎ			26.9
21 月	ごはん 牛乳		牛乳			米		625
	きびなごのかりかりフライ(2こ)		きびなご			じゃがいも でんぷん 米粉パン粉 げん米粉	米油 油	
	かんとうに	うずら卵 はんぺん 生揚げ		にんじん	だいこん こんにやく	さといも 砂糖		
	ひじきのごまずあえ	ささみ	ひじき	にんじん こまつな	キャベツ コーン	はるさめ 砂糖	ごま	25.1
22 火	むぎごはん 牛乳		牛乳			米 大麦		623
	カレー	豚肉	牛乳	にんじん	玉ねぎ	じゃがいも		
	ツナサラダ (ごう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	
	てづくりナタデココみかんゼリー				みかん缶 ナタデココ オレンジジュース	砂糖		20.9
24 木	ごはん 牛乳		牛乳			米		598
	キャベツいりつくね	鶏肉 豚肉			キャベツ	でんぷん 砂糖		
	じゃがいものうまに	豚肉 はんぺん		にんじん さやいんげん	玉ねぎ こんにやく	じゃがいも 砂糖		
	こまつなとじゃこのあえもの		しらす干し	こまつな にんじん	キャベツ	砂糖		23.7
25 金	しらたまうどん 牛乳		牛乳			うどん		645
	みそにこみうどん	鶏肉 油揚げ かまぼこ みそ		にんじん ねぎ	はくさい ねぎ 干ししいたけ	でんぷん		
	【ヒストロおぶちゃん きゅうしよくメニューのひ】 やさいのなっとうかきあげ やさいとわかめのあえもの	納豆		にんじん	玉ねぎ ごぼう	さつまいも ながいも 小麦粉	米油	
			わかめ		キャベツ きゅうり			25.2
28 月	ごはん 牛乳		牛乳			米		570
	さわらのさいきょうやき	さわら みそ				砂糖		
	ブロッコリーのおかかあえ	かつお節		ブロッコリー		砂糖		
	のっぺいじる	鶏肉 豆腐		にんじん ねぎ	だいこん ごぼう こんにやく ねぎ 干ししいたけ	さといも でんぷん		28.0

平均値	611
	26.0
基準値	630
	26.0

＜今月の愛知県産の野菜・くだもの＞
 さといも かぶ きゅうり キャベツ 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 パセリ ブロッコリー
 ほうれんそう れんこん いちご ぼんかん



25日(金)
みそにこみうどん
(郷土料理)



はっこうしょくひん た 発酵食品を食べよう



大府市のホームページで【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。



「発酵食品」には、なっとう・みそ・しょうゆ・酢・かつおぶし・つけもの・キムチ・チーズ・ヨーグルトなどがあります。「発酵」とはカビや酵母、細菌などの微生物の働きによって物質が分解されて変化し、人間にとってよい影響を与えるを言います。発酵食品は独特の風味があったり、長く保存ができていたりします。また、免疫力を高めるなど、体によい働きをするものが多くふくまれています。今月の給食には、いろいろな発酵食品を使っています。家の食事にも取り入れて、毎日を元気に過ごしましょう。



大豆をいった福豆をまいて鬼(病気や災害を引き起こすもの)をはらい、福豆を食べ、1年の健康や無事を願います。家の戸口に飾るヒイラギワシ(ヤイカガシ)は、ヒイラギの枝に、焼いたイワシの頭を刺したもので、ヒイラギのトゲとイワシのにおいで、鬼を追いはらいます。



・物質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。