

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		590
	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	こんにやく だいこん ごぼう ねぎ			
2木	ごはん 牛乳		牛乳			米		584
	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 こんにやく	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		
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						
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	
	りんごタルト	豆乳			りんご	砂糖 米粉 でんぷん	油	
7火	ちゅうかめん 牛乳		牛乳			中華めん		578
	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	
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		
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		
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	594
	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		
13月	むぎごはん 牛乳		牛乳			米 大麦		627
	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		
	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			
14火	きなこあげパン (こがたロールパン) 牛乳		牛乳			パン 砂糖	米油	621
	ブロッコリーのとうにゅうシチュー	鶏肉	豆乳	にんじん ブロッコリー チンゲンサイ	玉ねぎ かぶ はくさい			
	ツナサラダ (ごまドレッシング)	ツナ			キャベツ きゅうり コーン		ごまドレッシング	
	ココア牛乳のもと					砂糖		
15水	ごはん 牛乳		牛乳			米		618
	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
	ピビンパ(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	
	ビーフンスープ	鶏肉	わかめ	にんじん なら	玉ねぎ かくさい 干しいたけ	ビーフン		
	どうまいヨーグルト		ヨーグルト					
17金	ごはん 牛乳		牛乳			米		600
	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 こんにゃく かくさい	砂糖		
	こまつなのおひたし			こまつな	もやし	砂糖		
20月	ごはん 牛乳		牛乳			米		595
	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	さといも でんぷん		
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			
22水	ごはん 牛乳		牛乳			米		686
	さばのおこしやき	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	
	とりだんごじる	鶏団子 豆腐	わかめ	にんじん ねぎ	玉ねぎ かくさい えのきたけ ねぎ			
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		
27月	むぎごはん 牛乳		牛乳			米 大麦		597
	あげぎょうざ(2こ)	豚肉		なら	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 なら ねぎ	もやし キムチ漬け ねぎ			
28火	クロスロールパン 牛乳		牛乳			パン		562
	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			



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【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。



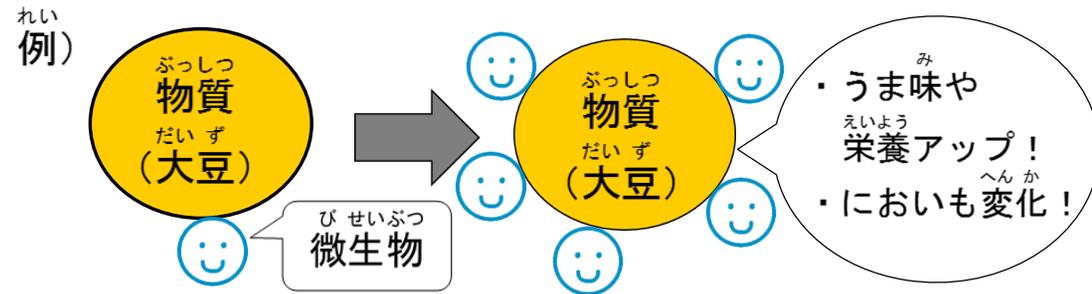
平均値	611
	25.7
基準値	630
	26.0

腸内環境を整える強い味方!

発酵食品

★代表的な発酵菌と発酵食品★

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。



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。