



※都合により献立・食材が変更になる場合があります。







2月 給食献立予定表

1食分 欠食なら ○をつける	【代】 【弁】 【除】	行事 等	日・ 曜 日	こんだて 	アレルギー 原形物質 特定7品目							調味料 	栄養価					
					小麦 そば	卵 鶏卵	牛乳 乳製品	落花生 花生	エビ カニ	あか			みどり		き		小	中
										1群 魚・肉・卵・ 豆・豆製品 たんばく質	2群 牛乳・乳製品 小魚・海そう 無機質		3群 緑黄色 野菜 カロテン	4群 その他の野菜・果物 (きのこ・こんにやく) ビタミンC(食物繊維)	5群 こく いも・砂糖 炭水化物	6群 油脂 (種実) 脂質		
					毎月19日 食育の日 【早ね・早おき・朝ごはん】													
			19 水	ツナピラフ						ツナ	にんじん	コーン にんにく しょうが グリーンピース	こめ	こめあぶら	鶏ガラスープ チンタン 白ワイン 塩 黒こしょう	581	705	
				ぎゅうにゅう						ぎゅうにゅう						22.9	26.7	
				だいたいコロッケ						だいず		たまねぎ	じゃがいも さとう こむぎこ パンこ	なたねあぶら	醤油 塩	27.4	27.2	
				ウインナーとやさいのスープ						ウインナー	こまつな	はくさい たまねぎ しめじ			鶏ガラスープ チンタン 醤油 塩 白こしょう	26.7	28.0	
			20 木	ちゃんこうどん (うどん)									めん			620	780	
				(スープ)						とりにく ぶたにく あぶらあげ	にんじん	こん ねぶかねぎ たまご しいたけ はくさい しょうが	さとう	なたねあぶら	こんごうぶだし(さば・いわし・ 醤油 酒 みりん 塩	26.4	32.4	
				ぎゅうにゅう						ぎゅうにゅう						33.4	30.1	
				こエビとナッツのからあげ						だいず	こえび		じゃがいも じゃがいもでんぶん	カシューナッツ 塩 白こしょう なたねあぶら	545	597		
				ヨーグルト						ヨーグルト								
			21 金	【ふじっぴー給食】 静岡県産の食材を使った献立です★ 静岡県で水揚げされた「かつお」、県内産のもやし・チンゲンサイ・焼津産鰹節をつかったみそ汁です。														
				ごはん									こめ					
				ぎゅうにゅう						ぎゅうにゅう								
				2色そばうどん (かつおそば)						かつお		たまねぎ グリーンピース しょうが	さとう	こめあぶら	醤油 酒			
				(いりたまご)						たまご			さとう でんぶん		昆布だし 塩 醤油	625	809	
				しずおかやさいのみそしる						とうふ みそ	にんじん チンゲンサイ	もやし			かつおだし	26.1	30.9	
				【あしたか小・うきしま小のみ】 くだもの(じゅたろうみかん)								じゅたろうみかん				26.1	29.5	
				【浮島中のみ】県産みかんのタルト						たまご	ぎゅうにゅう	みかん果汁	こむぎこ こめこ さとう			299	314	
			25 火	ロールパン									パン					
				ぎゅうにゅう						ぎゅうにゅう								
				チリコンカン						ぶたにく とりにく しろいげんまめ だいず	にんじん トマト	たまねぎ しょうが にんにく	さとう	こめあぶら	赤ワイン 鶏ガラスープ トマトケチャップ 中濃ソース 塩 黒こしょう チリパウダー	582	762	
				ポテトとおこめのササミカツ						とりにく			こめこ でんぶん じゃがいも さとう	なたねあぶら	塩	29.9	37.7	
				ほうれんそうとコーンのサラダ							ほうれんそう	コーン はくさい			イタリアンドレッシング	34.3	31.8	
			26 水	あしたか小6年1組 Yさんが考えた献立です。 2学期に家庭科の授業で栄養バランスのよい給食を考えてくれました★														
				ごはん									こめ					
				ぎゅうにゅう						ぎゅうにゅう								
				スタミナやきにく						ぶたにく みそ	にんじん にら	たまねぎ にんにく しょうが	じゃがいもでんぶん	ごまあぶら	醤油 豆板醤 テンメンジャン	603	714	
				ポイルドキャベツ								キャベツ			塩	25.1	29.0	
				とうふともやしのみそしる						とうふ あぶらあげ みそ		もやし えのきたけ ねぶかねぎ	じゃがいも		こんごうぶだし(さば・いわし・かつお)	28.1	26.7	
			27 木	ごはん									こめ					
				ぎゅうにゅう						ぎゅうにゅう								
				さわらのみそマヨネーズやき						さわら みそ		しょうが		ノンエッグマヨネーズ	酒	610	728	
				ひじきとだいずのいために						だいず あぶらあげ	にんじん	こんにやく	さとう	こめあぶら	醤油 酒 みりん 和風だし	25.6	30.0	
				だまこもちのしるもの						とりにく		だいこん しめじ ねぶかねぎ	だまこもち(こめ)		こんごうぶだし(さば・いわし・かつお) 鶏ガラスープ 醤油 みりん 塩 酒	26.0	25.1	
			28 金	たきこみチャーハン						やきぶた なると		ねぶかねぎ しいたけ グリーンピース	こめ	ごまあぶら	醤油 塩 黒こしょう 中華スープ	589	712	
				ぎゅうにゅう						ぎゅうにゅう								
				あげぎょうざ						ぶたにく	にら	キャベツ たまねぎ しょうが	さとう	なたねあぶら	醤油 塩	24.1	28.2	
				たまごとレタスのちゅうかスープ						たまご とうふ		たまねぎ レタス コーン	じゃがいもでんぶん		チンタン 中華スープ 醤油 塩 白こしょう	29.8	30.3	
																335	373	

