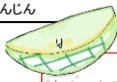


2月分献立表

(給食回数18回)

日	曜日	献立名	おもな材料と体内での働き						栄養価	
			おもに体をつくる		おもにからだの調子を整える		おもにエネルギーになる		エネルギー (Kcal)	たんぱく質 (g)
			たんぱく質	無機質	ビタミン・無機質		炭水化物	脂質		
1群 魚・肉・卵・豆・豆制品	2群 牛乳・小魚・海藻	3群 緑黄色野菜	4群 その他野菜・きのこ・果物	5群 穀類・いも類・砂糖	6群 種実類・油脂					
2	月	ごはん 牛乳 チーズインハンバーグ【ケチャップ】 コールスローサラダ わかめスープ	とりにく ゼラチン たまご ハム	牛乳 チーズ	たまねぎ キャベツ とうもろこし きゅうり たまねぎ えのきたけ ながねぎ	ごはん さとう こむぎこ でんぷん パンこ ドレッシング	ラード あぶら ごま	583	19.9	
3	火	節分ごんだて ごはん 牛乳 いわしのみぞれに ほうれんそうのごまあえ けんちんじる ふくまめ	いわし かつおぶし とりにく とうふ あぶらあげ だいず	牛乳	だいこん もやし ごぼう だいこん ながねぎ	ごはん さとう でんぷん さとう さといも	ごま ごまあぶら あぶら	636	26.5	
4	水	ちからうどん 牛乳 こまつなのソテー きんとうパイ	とりにく あぶらあげ たまご	牛乳	ごぼう だいこん ながねぎ こまつな にんじん とうもろこし しめじ	ソフトめんもち でんぷん あぶら	あぶら	730	22.3	
5	木	くらパン 牛乳 グラタンコロケ はくさいサラダ コンソメスープ	えび まぐろ ベーコン	牛乳 牛乳 脱脂粉乳	にんじん にんじん にんじん パセリ	たまねぎ はくさい きゅうり キャベツ たまねぎ	マカロニ でんぷん こむぎこ パンこ スパゲティ さとう ノンエッグマヨネーズ	あぶら	650	20.1
6	金	一中3年 生井星空さん 希望ごんだて ごはん のりたまふりかけ のもヨーグルト さばのみそに だいこんサラダ とんじる	たまご さばぶし さば みそ ぶたにく とうふ みそ	のり ヨーグルト	だいこん きゅうり だいこん ごぼう こんにゃく ながねぎ	ごはん さとう こむぎこ さとう	ごま ドレッシング	648	30.7	
9	月	にしょくごはん(ごはん にくそぼろ たまごそぼろ) 牛乳 こんさいじる	ぶたにく だいず たまご あぶらあげ とうふ	牛乳	にんじん にんじん	グリーンピース しょうが だいこん ごぼう れんこん こんにゃく	ごはん さとう でんぷん あぶら	625	23.9	
10	火	ごはん 牛乳 メンチカツ【ソース】 キャベツとちくわのサラダ はくさいのみそしる	とりにく ぎゅうにく ぶたにく ちくわ たまご あぶらあげ みそ	牛乳	トマト にんじん にんじん こまつな	たまねぎ キャベツ きゅうり とうもろこし はくさい ながねぎ	ごはん パンこ こむぎこ さとう でんぷん ドレッシング	ラード あぶら	650	19.6
12	木	バレンタインごんだて コッペパン のもヨーグルト(いちごあげ) ハートオムレツ(小1こ 中職2個) はなやさいサラダ クリームシチュー チョコプリン	たまご とりにく	ヨーグルト	いちご ブロッコリー にんじん	たまねぎ えだまめ	コッペパン でんぷん さとう じゃがいも こむぎこ ココア さとう	あぶら ドレッシング バター あぶら	620	22.9
13	金	ごはん 牛乳 さわらのさいきょうやき きりぼしだいこんのいために すましじる	さわら みそ とりにく さつまあげ とうふ かまぼこ	牛乳	にんじん みつば	だいこん たまねぎ ながねぎ	ごはん さとう さとう ごま ごまあぶら	あぶら	594	26.9
16	月	地産地消 八千代の日ごんだて むぎごはん 牛乳 れんこんいりしゅうまい(小2こ 中職3個) ごぼうサラダ はっほうさい	ぶたにく とりにく ぶたにく いか えび なんと	牛乳	にんじん にんじん チンゲンサイ	たまねぎ れんこん しょうが ごぼう きゅうり たまねぎ はくさい たけのこ もやし ししいたけ にんにく しょうが	むぎごはん こむぎこ でんぷん さとう ごま ドレッシング ごまあぶら	602	21.1	
17	火	チキンカレーライス(むぎごはん カレーシチュー) 牛乳 とうふナゲット(小2こ 中職3個) こんにゃくのサラダ	とりにく レバー とうふ すりみ とうにゅう	牛乳 牛乳 脱脂粉乳	にんじん トマト	たまねぎ にんにく しょうが りんご たまねぎ キャベツ きゅうり もやし こんにゃく	むぎごはん じゃがいも こむぎこ こむぎこ でんぷん さとう ドレッシング	あぶら	739	21.2
18	水	西豊田小5年 野澤仁さん 希望ごんだて みそラーメン 牛乳 ぼうぎょうざ イタリアンサラダ ミニピーチゼリー(小1こ 中職2個)	ぶたにく みそ ぶたにく とりにく	牛乳	にんじん いら いら ブロッコリー	しょうが たまねぎ もやし とうもろこし ながねぎ キャベツ たまねぎ ながねぎ しょうが きゅうり えだまめ もも	ちゅうかめん こむぎこ でんぷん パンこ さとう ドレッシング	ごまあぶら ラード あぶら	663	27
19	木	ホットドック (コッペパン ウィンナー【ケチャップとマスタード】) 牛乳 エリンギとキャベツのソテー ワンダンスープ	ウィンナー	牛乳	にんじん にんじん こまつな	エリンギ キャベツ たまねぎ はくさい ながねぎ	コッペパン あぶら	こむぎこ	601	24.1
20	金	ごはん 牛乳 とりにくのからあげ はるさめサラダ たまごスープ	とりにく ハム たまご	牛乳	にんじん にんじん	しょうが にんにく きゅうり しいたけ えのきたけ ながねぎ	ごはん でんぷん はるさめ でんぷん	あぶら ドレッシング ごまあぶら	615	24.7
24	火	受験生応援ごんだて ごはん 牛乳 トンカツ【ソース】 れんこんサラダ エビボールスープ いよかんゼリー	ぶたにく まぐろ えび すりみ	牛乳	にんじん こまつな	れんこん きゅうり とうもろこし たまねぎ ながねぎ いよかん	ごはん こむぎこ パンこ でんぷん さとう でんぷん はるさめ さとう ゼリー	あぶら ノンエッグマヨネーズ ごま ラード	761	21.3
25	水	ちゃんぽんうどん 牛乳 アスパラソテー かぼちゃおやき	ぶたにく なんと	牛乳	にんじん	たまねぎ キャベツ ししいたけ しょうが にんにく	ソフトめん さとう あぶら ラード ごまあぶら	あぶら	693	25.8
26	木	コッペパン 牛乳 さけのこうそうパンこやき かいそうサラダ ほうれんそうのミルクスープ	さけ わかめ こんぶ のり	牛乳	あかピーマン にんじん トマト パセリ	きゅうり もやし たまねぎ たまねぎ しめじ	コッペパン パンこ こむぎこ さとう ドレッシング	バター	501	27.2
27	金	ごはん なつとう 牛乳 ぶたキムチいため だいこんとうふのみそしる	ぶたにく とうふ あぶらあげ みそ	牛乳	にんじん にんじん	はくさい たまねぎ りんご にんにく しょうが だいこん えのきたけ ながねぎ	ごはん さとう	あぶら	594	23.2

※都合により、献立内容が変更になる場合がありますので、ご了承ください。
 ※この献立表に記載されている食品は、主な材料で調味料やハンバーグ、春巻きなどの加工食品に含まれるアレルギー等、
 使用食材のすべては記載しておりません。
 (アレルギー対応を受けている児童生徒と保護者の方はアレルギー用予定献立表および加工食品成分表をご確認ください。)
 ※魚料理については「骨」がある場合がありますので、気をつけて食べてください。
 ※減塩のため、しょうゆやソース等は使用を控えています。ご理解をお願いします。



今月は八千代町で栽培された「米(コヒカリ)」「やさい(きゅうり だいこん チンゲンサイ にんじん ながねぎ みつば)」を
 使用します。
 近隣の市町村からは「ごぼう れんこん しめじ その他」を使用しています。



◆物価高騰の影響を受けている子育て世帯の負担軽減のため、令和7年度4月～3月まで、小中学校給食費無償化を実施します◆