



2月 こんだて表(小学生)



令和6年度 浜川市北部学校給食共同調理場

	主 食 主 食	の 飲 み 物	お か ず ・ そ の 他	〔あか〕体になる		〔みどり〕体の調子を整える		〔きいろ〕熱や力になる		熱量kcal たんぱく質(g) 食塩(g)	
				たんぱく質	無機質	カロテン	ビタミン・食物繊維	炭水化物	脂肪		
3月	行事食 ～節分～										
3月	ごはん	牛乳	いわしの生姜煮 切り干し大根の含め煮 節分けんちん汁 2月2日は節分です。 節分には、いわしを 食べる風習がありま す。 	いわし とりにく だいす	あぶらあげ とうふ ちくわ	牛乳	にんじん いんげん	だいこん ごぼう ●ねぎ しょうが こんにゃく	ごはん さとう さといも	あぶら こまあぶら	646 28.6 2.1
4火	ごはん	牛乳	焼きかまチーズ 五目豆腐 フルーツポンチ 	すりみ ぶたにく とうふ なると		牛乳 チーズ	にんじん にら	たまねぎ たけのこ もやし はくさい ●ねぎ しょうが にんにく しいたけ パイン みかん	ごはん でんぶん ゼリー ナタデココ	あぶら こまあぶら	627 24.6 1.9
5水	ココア揚げパン 	牛乳	ブロッコリーサラダ クリームシチュー 	ツナ とりにく		牛乳	にんじん ブロッコリー パセリ	●キャベツ たまねぎ コーン はくさい	パン さとう じゃがいも マカロニ	あげあぶら あぶら ドレッシング	615 24.3 2.4
6木	ごはん	牛乳	赤魚の白醤油焼き 肉じゃが  たまごスープ  (▲たまご抜きスープ)	あかうお ぶたにく とうふ たまご		牛乳	にんじん ほうれんそう	たまねぎ えだまめ ●ねぎ しいたけ えのきだけ こんにゃく	ごはん じゃがいも さとう でんぶん	あぶら	589 27.4 1.8
7金	世界の料理 ～アメリカ～										
7金	ミルクパン	牛乳	チリコンカン ハッシュドポテト チキンスープ チリコンカンは、ひき 肉や豆、トマトなどを 煮込んだスパイシーな 料理です。	ぶたにく だいす とりにく		牛乳	にんじん トマト パセリ	たまねぎ もやし ●キャベツ にんにく	パン さとう じゃがいも	あぶら	636 27.5 2.4
10月	ごはん	牛乳	ドライカレー 大根とウィンナーのスープ ミニアセロラゼリー	ぶたにく だいす ウィンナー		牛乳	にんじん トマト ピーマン	たまねぎ コーン もやし だいこん はくさい しょうが にんにく えのきだけ	ごはん ゼリー	あぶら	673 22.7 2.3
12水	まるパン横切り	牛乳	ソーセージステーキ  ポテトサラダ  ABCスープ	ぶたにく とりにく		牛乳	にんじん	コーン ●キャベツ たまねぎ	パン じゃがいも マカロニ	あぶら マヨネーズ ドレッシング	675 25.2 2.5
13木	ごはん	牛乳	しぶせんしゅうまい (2個) スタミナ丼の具 キムチスープ  一部の農産を使 わなないで栽培し た浜川市産の玉 ねぎと小麦粉を 使ったしゅうま いです。	ぶたにく とうふ		牛乳	にんじん ピーマン にら	たまねぎ しめじ ごぼう だいこん もやし ●ねぎ はくさい しょうが しいたけ こんにゃく はくさいキムチ	ごはん しゅうまいのかわ さとう パンこ	こまあぶら こま	635 27.0 2.3
14金	～大分県の郷土料理～										
14金	バックうどん	牛乳	とり天 青梗菜のおかかマヨ和え けんちゃんうどん汁	とりにく ぶたにく かつおぶし ツナ あぶらあげ とうふ		牛乳	にんじん チンゲンサイ	●キャベツ もやし たまねぎ ごぼう だいこん ●ねぎ しいたけ こんにゃく	うどん でんぶん さとう さといも	あげあぶら あぶら マヨネーズ	649 31.9 2.5
17月	ごはん	牛乳	きらきらサラダ ハヤシソース ☆ヨーグルト けんちゃんは、国 東市の郷土料理で 根菜をふんだんに つかっています。	ぶたにく		牛乳 かんてん ヨーグルト	にんじん トマト ブロッコリー	たまねぎ ●キャベツ グリーンピース コーン しめじ	ごはん	あぶら ドレッシング	665 22.9 2.8
18火	～愛媛県産献立～										
18火	ごはん	牛乳	ソースカツ 浅漬け なめこのみそ汁	ぶたにく とうふ		牛乳	にんじん こまつな	はくさい だいこん たまねぎ もやし ●ねぎ なめこ	ごはん さとう パンこ	あげあぶら	599 20.1 2.3
19水	ロールパン	ジョア	ハーブチキン  こんにゃくサラダ かぼちゃポタージュ	とりにく ベーコン		ジョア クリーム 牛乳	にんじん ブロッコリー かぼちゃ パセリ	●キャベツ コーン たまねぎ にんにく こんにゃく	パン	あぶら ドレッシング	667 26.0 2.6
20木	ごはん	牛乳	厚揚げのそぼろあんかけ (2個) 和風サラダ 鶏つみれ汁	あつあげ とりにく だいす かつおぶし ツナ ちくわ		牛乳	にんじん にら	たまねぎ ●ねぎ ●キャベツ きゅうり もやし だいこん しょうが しめじ はくさい	ごはん さとう でんぶん パンこ	あぶら	596 23.6 2.3
21金	ツイストロール	牛乳	ハムチーズピカタ (▲チキンナゲット) 海藻サラダ トマトスープ	ハム たまご とりにく		牛乳 かいそう チーズ	にんじん ブロッコリー トマト パセリ	●キャベツ たまねぎ だいこん えだまめ にんにく	パン じゃがいも	あぶら ドレッシング	574 23.5 2.4
25火	ごはん	牛乳	和風おろしハンバーグ ゆかり和え 臭だくさんみそ汁	ぶたにく とりにく		牛乳 わかめ	にんじん	だいこん ●キャベツ はくさい たまねぎ ●ねぎ えのきだけ	ごはん さといも	あぶら	585 23.2 2.2
26水	黒パン	牛乳	カレーロール 春雨マヨ和え ワンタンスープ	ぶたにく なると		牛乳	にんじん にら	●キャベツ たまねぎ きゅうり もやし はくさい ねぎ しょうが しいたけ	パン じゃがいも こむぎこ はるさめ ワンタンのかわ	あげあぶら マヨネーズ ドレッシング	635 20.9 2.5
27木	ごはん	牛乳	だし入り卵焼き (▲さばの文化干し) きんぴら  豚汁 	たまご さつまあげ ぶたにく とうふ あぶらあげ		牛乳	にんじん いんげん	ごぼう だいこん ●ねぎ こんにゃく	ごはん さとう じゃがいも	あぶら こま	632 25.4 2.2
28金	バックラーメン	牛乳	ピザまん 棒々鶏サラダ 醤油ラーメンスープ	とりにく ぶたにく なると		牛乳 わかめ	にんじん チンゲンサイ	●キャベツ きゅうり もやし たまねぎ ●ねぎ にんにく メンマ	ちゅうかめん こむぎこ	あぶら ドレッシング	596 24.5 3.2
●は浜川産を使う予定です。 ☆は業者配送です。											※生鶏卵は「新鮮な鶏卵を仕入れ、

●は浜川産を使う予定です。 ☆は業者配送です。
▲はアレルギー対応食です。 ◆には配食用手袋がつきます。
※材料の都合で献立が変わることがあります。
☞は中学3年生リクエストメニューです。

※栄養価は八訂成分表で計算しています。