



日付	もりつけ図	こんだて名	入っている食品	栄養価
1 (木)	こんにゃくサラダ ぎゅうにゅう てづくりピザまん わんたんスープ 	てづくりピザまん	小麦粉 ベーキングパウダー 牛乳 砂糖 塩 ラード しょうが ぶた肉 たまねぎ にんじん こしょう ワイン 中濃ソース ケチャップ チリパウダー チーズ	熱量 571 kcal
		こんにゃくサラダ	糸こんにゃく 油 酒 しょうゆ キャベツ きゅうり もやし にんじん ごま油 酢 塩 こしょう 砂糖	蛋白質 21.3 g
		わんたんスープ	けずり節 とり肉 にんじん もやし ねぎ こまつな 酒 しょうゆ こしょう わんたん ごま油	
2 (金)	カフェオニゼリー ぎゅうにゅう みそまめ いわしのあまからごはん すましじる 	いわしのあまからごはん	ごはん むぎ いわし(短冊) でんぷん 油 みりん さとう しょうゆ はちみつ しょうが ごま	熱量 592 kcal
		みそまめ	大豆 でんぷん みそ さとう みりん 酒 油	蛋白質 27.1 g
		すましじる	だし昆布 けずり節 とうふ えのき にんじん 酒 みりん 塩 しょうゆ ほうれんそう ねぎ	
カフェオニゼリー	コーヒー 牛乳 生クリーム ゼラチン 寒天 砂糖 ホイップクリーム いちご			
5 (月)	ぎゅうにゅう キムチチャーハン ごもくはるさめスープ 	キムチチャーハン	米 むぎ ごま油 ぶた肉 キムチ なら しょうゆ たまご 塩	熱量 715 kcal
		ごもくはるさめスープ	けずり節 はるさめ とり肉 干しいたけ にんじん たけのこ もやし チンゲンサイ 酒 塩 こしょう しょうゆ ごま油	蛋白質 27.4 g
6 (火)	コーヒー牛乳 ソースやきそば あおりのポテトビーンズ カレースープ 	ソースやきそば	ちゅうかめん(たまご不使用) たまねぎ にんじん ぶた肉 もやし 塩 こしょう キャベツ ウスターソース 中濃ソース しょうゆ 油	熱量 653 kcal
		あおりのポテトビーンズ	じゃがいも 塩 青のり 大豆 でんぷん 油	蛋白質 21.5 g
		カレースープ	鶏ガラ とり肉 ベーコン じゃがいも にんじん たまねぎ キャベツ 酒 塩 こしょう カレー粉 パセリ	
7 (水)	ぎゅうにゅう むぎごはん ニラとあつあげのオイスターいため かきたまじる 	むぎごはん	米 むぎ	熱量 758 kcal
		かきたまじる	生揚げ なら たまねぎ ぶた肉 にんにく しょうが 塩 こしょう 油 ピーマン 酒 オイスターソース しょうゆ 砂糖 ごま油 でんぷん	蛋白質 29.0 g
むぎごはん	けずり節 とうふ えのき 酒 みりん 塩 こしょう しょうゆ ねぎ たまご			
8 (木)	アイス ショア アメリカンドッグ よくばりサラダ ポルシチ 	アメリカンドッグ	小麦粉 強力粉 ベーキングパウダー 牛乳 砂糖 バター 塩 棒付きウインナー 油 ケチャップ	熱量 663 kcal
		よくばりサラダ	鶏ガラ ぶた肉 塩 こしょう たまねぎ にんじん じゃがいも いんげん豆 トマトジュース トマト缶 トマトピューレ ワイン 中濃ソース 塩 こしょう 砂糖 しょうゆ キャベツ	蛋白質 23.1 g
		アイス	豆乳アイス(乳・たまご・小麦不使用)	
		ポルシチ	糸こんにゃく ひじき こまつな にんじん コーン キャベツ 油 酢 塩 こしょう しょうゆ	
9 (金)	ぎゅうにゅう わかめごはん アジのいそべあげ はくさいのそくせきづけ みそしる 	わかめごはん	米 むぎ だし昆布 酒 炊き込みわかめ	熱量 629 kcal
		アジのいそべフライ	アジ(フィレ) にんにく からし 酢 しょうゆ からし 小麦粉 たまご パン粉 青のり 油	蛋白質 29.0 g
		はくさいのそくせきづけ	はくさい きゅうり にんじん 塩 唐辛子 しょうゆ	
		みそしる	けずり節 だいこん 油揚げ さといも ねぎ みそ	
13 (火)	ぎゅうにゅう カレードリア ヨーグルトあえ ムケッカ 	カレードリア	米 バター ベーコン カレー粉 たまねぎ にんじん マッシュルーム ワイン 塩 こしょう しょうゆ 小麦粉 牛乳 チーズ 生クリーム パセリ	熱量 662 kcal
		ムケッカ(ブラジルさかなりょうり)	タラ でんぷん 油 たまねぎ 切り干し大根 ピーマン にんにく トマトピューレ ケチャップ トマト缶 砂糖 塩 こしょう ローリエ ワイン 豆乳	蛋白質 23.1 g
		ヨーグルトあえ	ヨーグルト 黄桃缶 夏みかん缶 パイン缶 みかん缶	
14 (水)	ぎゅうにゅう チョコツイストパン コーンサラダ にくだんごスープ 	チョコツイストパン	ツイストパン(たまご不使用) ミルクチョコレート	熱量 569 kcal
		コーンサラダ	キャベツ きゅうり コーン 油 酢 こしょう しょうゆ ごま油	蛋白質 24.9 g
		にくだんごスープ	とり肉 ぶた肉 塩 こしょう しょうが 酒 でんぷん 鶏ガラ にんにく たまねぎ 干しいたけ にんじん たけのこ ねぎ はくさい 酒 塩 こしょう しょうが	

献立は都合により変更する場合があります。栄養価は中学年を基準にしています。低学年は0.8倍、高学年は1.2倍が目安です。



2月の給食費引落日 2/13 (火)
2・3月分

日付	もりつけ図	こんだて名	入っている食品	栄養価
15 (木)	ごまあえ ぎゅうにゅう むぎごはん とりにくと さといもたきあわせ	むぎごはん	米 むぎ	熱量 678 kcal 蛋白質 24.0 g
		とりにくときといもたきあわせ	こんにやく ごぼう にんじん とり肉 だいこん さといも 砂糖 しょうゆ みりん みそ 酒	
16 (金)	やさいたっぷり ぎゅうにゅう ほうとう チーズいそべもち おかかあえ	やさいたっぷり ほうとう	ほうとう だし昆布 削り節 ぶた肉 にんじん かぼちゃ 油揚げ はくさい だいこん しめじ エリンギ こまつな しょうゆ 酒 みりん みそ	熱量 680 kcal 蛋白質 28.0 g
		チーズいそべもち	切りもち しょうゆ スライスチーズ のり	
		おかかあえ	こまつな もやし にんじん しょうゆ 砂糖 かつお節 塩 みりん	
19 (月)	ちゅうかふう ぎゅうにゅう たきこみごはん ハリハリづけ	ちゅうかふう たきこみごはん	米 きび 酒 塩 しょうゆ 油 焼き豚 にんじん たけのこ 干しいたけ ごま油 みりん ごま	熱量 555 kcal 蛋白質 25.3 g
		とりにくの ユーリンチー	とり肉 塩 こしょう しょうゆ でんぷん 小麦粉 ねぎ しょうが 砂糖 酢 ごま油	
		ハリハリづけ	切り干し大根 きゅうり にんじん 砂糖 塩 酢 しょうゆ	
20 (火)	☆☆セレクト給食①☆☆ セレクトクレープ ぎゅうにゅう たらこスパゲッティ チョコ/いちご パリパリサラダ	たらこスパゲッティ	たらこスパゲッティ (たまご不使用) 油 ベーコン たまねぎ たらこ ワイン 塩 こしょう しょうゆ バター のり	熱量 583 kcal 蛋白質 28.5 g
		パリパリサラダ	ワンタンの皮 油 キャベツ きゅうり 海藻ミックス コーン ごま油 酢 しょうゆ	
		セレクトクレープ	(セレクト) チョコクレープ/いちごクレープ ※アレルギーフリー	
21 (水)	むぎごはん ぶりのみそやき ぎゅうにゅう キムチとんじる	むぎごはん	米 むぎ	熱量 677 kcal 蛋白質 26.9 g
		ぶりのみそやき	ぶり (切り身) 酒 しょうゆ みそ 砂糖 しょうが とうがらし みりん 酒	
		キムチとんじる	鶏ガラ ぶた肉 しょうが にんにく 塩 こしょう コチュジャン しょうゆ 酒 キムチ はくさい にんじん たまねぎ ごぼう ねぎ ごま油 みそ	
22 (木)	ツナポテトースト オレンジ ぎゅうにゅう ウィナーと パリパリサラダ やさいのスープ	ツナポテトースト	食パン (たまご不使用) じゃがいも 酢 バター オリーブオイル たまねぎ ツナ ノンエッグマヨネーズ 塩 こしょう パセリ チーズ	熱量 557 kcal 蛋白質 28.5 g
		ウィナーとやさいのスープ	鶏ガラ 油 ベーコン たまねぎ にんじん ワイン ウィナー マッシュルーム キャベツ 塩 こしょう しょうゆ ほうれんそう	
		オレンジ	きよみオレンジ	
26 (月)	あぶたまどん きなこらフク ぎゅうにゅう かぼちゃの かいそう パリパリサラダ みそしる	あぶたまどん	米 むぎ 油あげ きび糖 しょうゆ みりん にんじん たまねぎ 焼きちくわ たまご ねぎ しょうゆ 塩 酒 けずり節 こまつな でんぷん	熱量 645 kcal 蛋白質 28.4 g
		かぼちゃのみそしる	だし昆布 けずり節 だいこん かぼちゃ たまねぎ ほうれんそう みそ	
		きなこらフク	焼きふ バター グラニュー糖 きな粉	
27 (火)	☆☆セレクト給食②☆☆ セレクトゼリー ぎゅうにゅう てりやきチキンと かいそう パリパリサラダ こまつなのスパゲッ ぶどう/ かいそう サラダ ティー もも	てりやきチキンと こまつなのスパゲッティ	スパゲッティ (たまご不使用) 油 にんにく とうがらし ベーコン たまねぎ ワイン 塩 しょうゆ とり肉 しょうが こまつな のり	熱量 618 kcal 蛋白質 24.4 g
		かいそうサラダ	海藻ミックス キャベツ きゅうり エリンギ コーン 塩 こしょう 酢 油 砂糖	
		セレクトゼリー	(セレクト)ぶどうゼリー / ももゼリー ※アレルギーフリー	
28 (水)	エピピラフ チーズオムレツ ぎゅうにゅう こめこの かいそう パリパリサラダ クリームスープ	エピピラフ	米 むぎ 塩 ローリエ エビ 鶏ガラ たまねぎ パセリ セロリ にんじん コーン ワイン こしょう しょうゆ	熱量 783 kcal 蛋白質 30.5 g
		チーズオムレツ	たまご 豆乳 たまねぎ とり肉 チーズ 塩 こしょう 砂糖 パセリ トマトケチャップ	
		こめこのクリームスープ	鶏ガラ 油 とり肉 たまねぎ にんじん じゃがいも 塩 こしょう 米粉 牛乳 豆乳 ワイン パセリ 生クリーム	
29 (木)	セルフ さかな ぎゅうにゅう フィッシュバーガー ごぼう ABCスープ	セルフ フィッシュバーガー	バーガーパン (たまご不使用) かじき (切り身) しょうが 砂糖 しょうゆ みりん でんぷん	熱量 593 kcal 蛋白質 22.0 g
		ABCスープ	ごぼう キャベツ 塩 こしょう ノンエッグマヨネーズ 酢	
		ABCスープ	鶏ガラ 油 たまねぎ とり肉 ベーコン ワイン にんじん コーン キャベツ 塩 こしょう しょうゆ ほうれんそう アルファベットマカロニ	

*イラストは、実際の給食と食材等が異なる場合がございますので、詳しい内容は【入っている食品】の欄をご覧ください。