

れいわ ねんど 令和6年度 **2月 学校給食献立表** **柴田町学校給食センター**

日曜日	献立名	エネルギーのもとになる (きいろの食品)	からだ 体をつくる もとになる (あかの食品)	からだ 体の調子を整える もとになる (みどりの食品)	エネルギー kcal たんぱく質 g 脂質 g 食塩相当量 g	
					小	中
3月	ソフトパン メープルチキン コールスローサラダ サーモンチャウダー	パン メープルシロップ マヨネーズ ドレッシング じゃがいも ルウ 豆乳クリームバター	牛乳 とり肉 さけ 白いんげん豆 チーズ 生クリーム	レモン果汁 キャベツ 赤パプリカ きゅうり コーン 玉ねぎ にんじん しめじ マッシュルーム パセリ	625 31.5 22.4 2.8	773 38.4 26.0 3.3
4火	ごはん いわしのかば焼き ひじきの炒り煮 豚汁 節分豆	米 でんぷん 米粉 大豆油 さとう ごま油 さといも 小麦粉 こくとう	牛乳 いわし ひじき 大豆 さつまあげ ぶた肉 とうふ みそ	枝豆 にんじん 玉ねぎ ごぼう こんにゃく 長ねぎ だいこん はくさい しめじ	674 29.1 18.3 2.7	833 34.7 21.2 3.3
5水	米粉パン チーズオムレツ きのこペンネのソテー 冬野菜のポトフ	米粉パン 小麦粉 さとう でんぷん パンネ 豆乳クリームバター 米油 じゃがいも	牛乳 たまご チーズ ハム ウインナー ぶた肉	玉ねぎ マッシュルーム しめじ ピーマン にんじん かぶ ブロッコリー	610 25.5 25.0 3.0	772 32.2 31.0 3.7
6木	ごはん 巻かまぼこの磯辺揚げ もやし和え マーボー豆腐	米 天ぷら粉 大豆油 ごま油 さとう ごま 大麥 米油 でんぷん	牛乳 ささかまぼこ 青のり ちくわ とうふ ぶた肉 大豆 みそ	もやし きゅうり にんじん しいたけ 玉ねぎ 長ねぎ にら	662 25.7 18.3 3.0	820 31.0 21.0 3.5
7金	ごはん 味付き肉だんご(小2個, 中3個) 海藻サラダ キムチスープ	米 パン粉 さとう ドレッシング 米油	牛乳 とり肉 わかめ 海そう 魚肉ソーセージ ぶた肉 とうふ みそ	玉ねぎ ブロッコリー きゅうり はくさい にんじん えのきたけ こんにゃく 長ねぎ にら	603 23.8 16.2 2.7	767 29.3 19.1 3.3
10月	ココアパン 野菜塩ラーメン 春巻き ごぼうサラダ	パン ココア ちゃんぽんめん 米油 ごま油 でんぷん 小麦粉 春雨 大豆油 ドレッシング さとう ごま	牛乳 ぶた肉 なると とり肉 ツナ	もやし にんじん キャベツ たけのこ 玉ねぎ きゅうり ごぼう	633 22.1 29.2 3.2	815 26.8 36.2 4.1
12水	おからパン ハートのさつまいもコロッケ 白菜のクリームスープ フルーツ杏仁	パン さつまいも さとう じゃがいも パン粉 小麦粉 でんぷん 大豆油 米油 米粉マカロニ ルウ あんにとんどうふ セリー	牛乳 おから とり肉 生クリーム	玉ねぎ にんじん しめじ はくさい グリンピース コーン みかん 黄もも パイナップル	686 25.4 26.2 2.2	800 30.4 29.4 2.6
13木	ごはん 納豆 油 麩じゃが 小松菜のみそ汁	米 油 じゃがいも さとう	牛乳 なっとう とうふ 油あげ みそ	玉ねぎ にんじん さやいんげん 小松菜 だいこん 長ねぎ えのきたけ	630 25.8 16.4 2.4	766 29.4 17.5 2.9
14金	ごはん たらねぎソースかけ もやしのカレー炒め もずくとたまごのスープ	米 でんぷん 小麦粉 大豆油 米油 さとう ごま	牛乳 たら ベーコン もずく とうふ たまご	長ねぎ もやし パセリ 玉ねぎ にんじん しいたけ しめじ	619 25.9 17.4 2.5	765 31.1 19.8 3.1
17月	チョコレートパン ツナスパゲティ チキンナゲット(小2個, 中3個) イタリアンサラダ	パン チョコレート スパゲティ オリーブ油 でんぷん さとう 小麦粉 ドレッシング	牛乳 ベーコン ツナ とり肉	玉ねぎ にんじん しめじ キャベツ きゅうり コーン 赤パプリカ	647 26.0 26.5 2.9	845 32.8 34.1 3.8
18火	ごはん さばの塩焼き れんこんのピリ辛炒め みそ野菜スープ お米のババロア	米 米油 さとう ごま ごま油 お米のババロア	牛乳 さば さつまあげ ぶた肉 みそ	れんこん にんじん こんにゃく きぬさや 玉ねぎ もやし コーン メンマ キャベツ 長ねぎ	695 24.5 23.2 3.1	854 29.1 26.6 3.6

※牛乳は毎日つきます。

19水	米粉サンドパン ハンバーグのデミグラスソース カラフルサラダ さつまいものポターージュ	米粉パン でんぷん さとう ドレッシング さつまいも ルウ 豆乳クリームバター	牛乳 とり肉 ぶた肉 ツナ チーズ 生クリーム	玉ねぎ キャベツ きゅうり 赤パプリカ 黄パプリカ にんじん パセリ	704 28.6 26.6 2.9	879 36.5 32.6 3.7
20木	ごはん ますのポテサラ焼き 切干大根のオイスターソース炒め ワンタンスープ	米 じゃがいも マヨネーズ さとう 米油 ごま油 ワンタン	牛乳 ます ベーコン ぶた肉	にんじん グリンピース コーン 切干だいこん にら 玉ねぎ たけのこ しいたけ はくさい もやし 長ねぎ	638 27.5 16.7 2.7	793 33.0 18.8 3.0
21金	ごはん 豚丼の具 大学いも(小2個, 中3個) 白菜のみそ汁	米 米油 さとう ごま さつまいも 大豆油 水あめ	牛乳 ぶた肉 わかめ とうふ 油あげ みそ	玉ねぎ こんにゃく たもぎたけ グリンピース はくさい もやし 長ねぎ えのきたけ	693 27.4 17.3 2.5	882 32.3 20.6 3.0
25火	ごはん さわらのてり焼き つぼみ菜の彩り和え 大根と玉ねぎのみそ汁	米 さとう でんぷん ごま じゃがいも	牛乳 さわら 魚肉ソーセージ とうふ 油あげ みそ	つぼみ菜 小松菜 もやし 青菜 コーン にんじん 梅 かぼちゃ ほうれん草 だいこん 玉ねぎ ごぼう	620 27.6 15.8 2.7	772 33.1 17.8 3.5
26水	米粉パン とり肉のマーマレードソース ブロッコリーの ごまマヨネーズ和え 洋風かきたまスープ	米粉パン でんぷん 小麦粉 大豆油 マーマレード さとう ごま ドレッシング マヨネーズ じゃがいも	牛乳 とり肉 ツナ ベーコン たまご	ブロッコリー カリフラワー コーン にんじん 玉ねぎ しめじ ほうれん草	628 34.3 25.5 3.1	780 42.0 30.0 3.9
27木	ごはん えびしゅうまい(小・中2個) ホイコーロー ちゃんぽん風春雨スープ	米 さとう パン粉 でんぷん 小麦粉 米油 ごま油 春雨	牛乳 えび たら ぶた肉 ベーコン なると	玉ねぎ キャベツ ピーマン 赤パプリカ 黄パプリカ 長ねぎ エリンギ もやし にんじん たけのこ コーン きくらげ	622 25.9 15.4 3.4	802 31.9 18.5 4.1
28金	麦ごはん チキンカレー かぼちゃコロッケ いよかん	米 大麥 じゃがいも カレールウ パン粉 小麦粉 さとう でんぷん 大豆油	牛乳 とり肉 生クリーム	玉ねぎ にんじん トマト グリンピース りんご かぼちゃ いよかん	712 19.2 20.2 2.4	854 22.0 21.2 2.6
今月の 平均栄養量		エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂質 (g)	食塩相当量 (g)	
		650	26.5	21.0	2.8	
		810	32.0	24.5	3.4	

○食材料等の都合で献立を変更する場合があります。ご了承下さい。  
○献立表に記載されている食品名は、使用する主な食品名です。  
アレルギー表示ではありませんのでご注意ください。  
○太字は柴田町の地場産物を使用する予定ですが、生育状況等により変更になる場合があります。  
○毎月19日は「食育の日」です。  
感謝の心を忘れずにいただきましょう。

《今月の柴田の地場産物》

★米・米粉 (柴田町産)

☆ぜいたくみそ (下名生ファームさん)

★つぼみ菜 (船岡 高橋 ひろさん)

～地域の恵みに感謝していただきましょう～

リクエスト献立

2/18 (火) ★東船岡小学校より  
\*ヘルシーメッセージ\*

私たち東船岡小学校は、お米に合うさばの塩焼きにしました。他には、お米のババロアにしました。ぜひ、おいしく食べてください!

《今月の献立のお知らせ》

3日(月) 外国の料理を知ろう! ~カナダ~

4日(火) 節分献立(いわし・節分豆)

12日(水) バレンタイン献立(ハート型)

25日(火) 旬の食材を味わおう! ~柴田産つぼみ菜~

28日(金) 旬の食材を味わおう! ~いよかん~

いろいろな豆

えんどう豆 大豆 赤いんげん豆 小豆 レンズ豆 ひよこ豆 花豆

豆を好きになろう!

