



2月 給食献立表



牛深学校給食センター (72-4158)

日	曜	主食	牛乳	おかず	材料				エネルギー たんぱく質
					主に体の組織をつくる	主にエネルギーになる	主に体の調子を整える	その他	
2	月	★節分メニュー★ わかめごはん	牛乳	いわしフライ ごま酢あえ そうめんじる せつぶんまめ かまぼこ	ぎゅうにゅうとうふ いわしだいすわかめ かまぼこ	こめあぶらさとうごま そうめんこむぎこパンこ	きゅうりにんじんキャベツ もやしたまねぎしめじ はくさいねぎ		748 26.0
				チリコンカン チーズサラダ 野菜のスープ煮	ぎゅうにゅうだいすぶたにく ぎゅうにくチーズハム ベーコンとりにく	コッペパンさとうあぶら じゃがいもマカロニ	たまねぎにんじんピーマン トマトきゅうりキャベツ コーンしいたけパセリ		809 33.7
3	火	カットコッペパン	牛乳	タッカルビ ごぼうサラダ 春雨スープ	ぎゅうにゅうとりにく ツナちくわ	こめむぎさとう あぶらノンエッグマヨネーズ ごまはるさめごまあぶら	たまねぎキャベツにんじん キムチごぼうきゅうり きくらげこまつなねぎ		811 30.1
4	水	麦ごはん	牛乳	トマトオムレツ ピーンズサラダ 冬野菜のシチュー	ぎゅうにゅうたまご ハムミックスピーンズとりにく スキムミルクベーコン	こくとうパンあぶらさとう じゃがいも	きゅうりキャベツにんじん たまねぎかぶプロッコリー		782 34.1
6	金	★リクエストメニュー★ キムタクごはん	牛乳	ひじきシウマイ③ ごまじやこサラダ コーンと卵のスープ	ぎゅうにゅうぶたにく ひじきちりめん たまごベーコン	こめごまあぶら ごまさとうでんぶん	つぼづけキムチねぎきゅうり だいこんにんじんたまねぎ コーンチンケンサイ		777 30.1
				魚のごまみそ焼き ひじきの煮物 のっぺい汁	ぎゅうにゅうホキあげ だいすとりにくあつあちくわ ひじき	こめむぎごま さとうノンエッグマヨネーズ あぶらさといもでんぶん	にんじんごぼうねぎ しいたけこんにゃく	いりこ	756 32.2
9	月	麦ごはん	牛乳	ワインナー ごまドレッシングあえ 肉団子スープ	ぎゅうにゅうワインナー ぶたにくとりにく	コッペパンあぶらさとう	キャベツきゅうりきくらげ ほうれんそうたまねぎ コーンにんじんねぎえのきたけ		811 29.3
10	火	カットコッペパン	牛乳	れんこんつくね 小松菜のあえもの じゃがいものそぼろ煮	ぎゅうにゅうとりにく あつあげさつまあげ えだまめ	こめむぎさとう ごまあぶらあぶら じゃがいもでんぶん	こまつなもやしにんじん コーンたまねぎこんにゃく れんこん		828 31.2
12	木	麦ごはん	牛乳	ハートのコロッケ プロッコリーサラダ 野菜と豆のスープ	とりにくぎゅうにゅうハム ミックスピーンズ	こめあぶらさとう じゃがいも	たまねぎにんじんグリンピース マッシュルームキャベツ プロッコリーきゅうりパセリ		782 25.2
13	金	チキンライス	牛乳	いわし生姜煮 こんにゃくおかかあえ 冬野菜のみぞ汁	ぎゅうにゅういわし さつまあげかつおぶし あげとうふ	こめむぎごまさとう ごまあぶらさといも	にんじんきぬさやだいこん はくさいしいたけねぎ こまつなこんにゃく	いりこ	767 28.7
16	月	麦ごはん	牛乳	照り焼きチキン ひじきマヨサラダ ラビオリースプ	ぎゅうにゅうぶたにく ベーコンひじき	ミルクパンさとうごま ノンエッグマヨネーズ こむぎこ	しょうがキャベツパセリ きゅうりにんじんたまねぎ		858 37.4
天草宝島デー「白菜」		牛乳	焼ききょうざ②	ぎゅうにゅうぶたにくハム	こめむぎさとう	ちやしきゅうりにんじんねぎ			727
18	水	麦ごはん	牛乳	中華サラダ 八宝菜	ぶたにくうずらたまご ちくわ	ごまあぶらでんぶん	しょうがたけのこしいたけ たまねぎはくさい		28.1
19	木	★リクエストメニュー★ きなこ揚げパン	牛乳	ツナサラダ ワンタンスープ	きなこぎゅうにゅうちくわ ツナぶたにく	コッペパンさとうあぶら ノンエッグマヨネーズ ワンタン	きゅうりキャベツにんじん たまねぎしいたけはくさい ねぎ		801 32.9
				厚焼きたまご ほうれん草のあえもの だご汁	ちりめんぎゅうにゅうあけ たまごとりにくちくわみそ	こめごまさとうごまあぶら こむぎこさといも こめこ	たかなづけもやしねぎ ほうれんそうにんじん コーンごぼうしいたけだいこん	いりこ	762 28.6
20	金	★阿蘇の味★ 高菜めし むるさとくさんデー	牛乳	ミンチカツ コーンサラダ ボトフ	ぎゅうにゅうワインナー ぶたにくとりにく	ミルクパンあぶらさとう じゃがいもパンこむぎこ	キャベツきゅうりにんじん コーンたまねぎしいたけ		860 31.8
24	火	ミルクパン	牛乳	ソースカツ たくあんあえ 吳汁	ぎゅうにゅうぶたにく だいすあつあげみそ わかめ	こめむぎあぶら さとうごまじゃがいも パンこむぎこ	たくあんづけきゅうりキャベツ こんぶたまねぎにんじん しいたけねぎ	いりこ	830 28.2
25	水	麦ごはん	牛乳	ぶたにくぎゅうにゅうハム	こめむぎあぶら じゃがいもさとう		たまねぎにんじんしょうが にんにくりんごキャベツ きゅうりスナップえんどう		918 27.2
天草宝島デー「天草豚肉」「スナップえんどう」		牛乳	チキンナゲット スナップエンドウのサラダ	とりにく	こめむぎあぶら じゃがいもさとう				
天草宝島デー「天草和牛」		牛乳	ちくわの磯辺揚げ③ わかめの酢の物 すきやき風煮	ぎゅうにゅうちくわあつあげ ぎゅうにくわかめあおのり	こめむぎあぶら こむぎこさとうマロニー		にんじんきゅうりねぎ はくさいしいたけ たまねぎこんにゃく		843 33.5

※献立は都合により、変更することがあります。ご了承ください。

2月

天草産食材

