



## 2月献立表



日曜	献立名	使用する材料の栄養素のおもな働き						備考	
		おもに 体をつくるものとなる食品		おもに 体の調子を整えるものとなる食品		おもに エネルギーのもととなる食品			
		1群 肉・魚・卵 豆・豆製品	2群 牛乳・乳製品 小魚・海藻	3群 緑黄色 野菜	4群 その他の野菜 きのこ類・果物	5群 穀類・いも類 砂糖	6群 油脂 種実類		
2月	麦ごはん 牛乳 ちくわの磯辺揚げ		牛乳			麦ごはん		ちくわの磯 辺揚げ 2c	
	根菜きんぴら	ちくわ	青のり			小麦粉	油		
	すいとん汁	とり肉		にんじん	ごぼう こんにゃく	さとう	油 ごま		
3火	ごはん 牛乳 節分の煮物	油あげ	牛乳		にんじん	だいこん ねぎ はくさい	すいとん		
	いわしのかば焼き	厚あげ 油あげ	糸昆布	にんじん	だいこん ごぼう	さといも			
	福神あえ	いわし				さとう でんぶん 米粉	油		
	節分豆	福神煮 キャベツ					ごま		
	大豆								
4水	ごはん 牛乳 和風ハンバーグ	とり肉 豚肉	牛乳		玉ねぎ	ごはん		しゅうまい 3c	
	ほうれん草のごまあえ			ほうれんそう	もやし	さとう	ごま		
	豚汁	豚肉 豆腐 みそ	煮干し	にんじん	だいこん ごぼう こんにゃく ねぎ	さといも			
	コーヒー牛乳の素					コーヒー牛乳の素			
5木	坦々麺風めん 牛乳	豚肉 みそ	牛乳	チンゲンサイ にんじん	にんにく しょうが もやし たまねぎ ねぎ	中華めん さとう	油 ごま油	しゅうまい 3c	
	おからしゅうまい	豚肉 おから 大豆			玉ねぎ	小麦粉 でんぶん	油		
	セルフフルーツババロア				みかん 黄桃 パイン	ゼリーの素 (りんご)			
6金	カレーライス 牛乳	豚肉	牛乳	にんじん	たまねぎ	ごはん じゃがいも	油		
	大豆サラダ	大豆 ツナ		にんじん	キャベツ コーン	さとう	オリーブ油		
9月	わかめごはん 牛乳 たらの揚げ煮	たら	牛乳 わかめ		しょうが	ごはん			
	守口漬あえ				守口漬 キャベツ もやし	でんぶん さとう	油		
	のっぺい汁	とり肉 豆腐		にんじん	だいこん ごぼう こんにゃく ねぎ	さといも	ごま		
10火	炊き込みチャーハン 牛乳	豚肉	牛乳	にんじん	たまねぎ コーン ねぎ	アルファー化米	ごま油		
	とり肉の唐揚げ	とり肉			しょうが にんにく	でんぶん	油		
	ワンタンスープ			にんじん	はくさい もやし ねぎ	ワンタン			
12木	ココア揚げパン 牛乳		牛乳			クロスロールパン さとう ココア	油		
	キャベツ入りつくね	とり肉 豚肉			キャベツ しょうが	でんぶん さとう			
	白菜のクリーム煮	豚肉	牛乳	にんじん	たまねぎ はくさい	じゃがいも ホワイトルー	油		
13金	ごはん 牛乳		牛乳			ごはん			
	肉豆腐	豚肉 豆腐			こんにゃく ねぎ はくさい えのきたけ	さとう			
	厚焼き玉子	卵				さとう	油		
	ゆかりあえ			赤しそ	もやし きゅうり				



## 2月献立表



			おもに 体をつくるもとになる食品		おもに 体の調子を整えるもとになる食品		おもに エネルギーのもとになる食品		
			1群	2群	3群	4群	5群	6群	
			肉 魚 卵 豆・豆製品	牛乳・乳製品 小魚 海藻	緑黄色 野菜	その他の野菜 きのこ類 果物	穀類 いも類 砂糖	油脂 種実類	
16	月	麦ごはん	牛乳		牛乳			麦ごはん	
		和風コロッケ			にんじん	れんこん	じゃがいも さとう パン粉 小麦粉 米粉 でんぶん	油	
		小松菜の煮びたし	油あげ		こまつな にんじん		さとう		
		かきたま汁	とり肉 かまぼこ 卵		にんじん	えのきだけ ねぎ	でんぶん		
17	火	ごはん	牛乳	牛乳			ごはん		
		豚肉と大根の煮物	豚肉 厚あげ 大豆		にんじん	だいこん こんにゃく	さとう		
		かつおのおかか煮	かつお かつおぶし			しょうが	さとう でんぶん		
		昆布あえ		塩昆布	にんじん	はくさい			
18	水	ごはん	牛乳	牛乳			ごはん		
		春巻き	豚肉		にんじん にら	キャベツ もやし エリンギ	でんぶん さとう 小麦粉 水あめ	油 ごま油	
		はるさめサラダ	卵			キャベツ	マロニー さとう	ごま ごま油	
		扶桑野菜のとろとろ ごちそう中華スープ	とり肉		にんじん	キャベツ だいこん コーン	でんぶん		
19	木	小型ロールパン	牛乳	牛乳			小型ロールパン		れんこん入り りつね 3コ
		焼きそば	豚肉 はんぺん		にんじん	キャベツ しょうが	焼きそば	油	
		愛知のれんこん入りつくね	とり肉			れんこん 玉ねぎ しょうが	さとう	油	
		杏仁フルーツ		杏仁豆腐		みかん パイン 黄桃	さとう		
20	金	ごはん	牛乳	牛乳			ごはん		
		厚揚げのそぼろ煮	豚肉 厚あげ		にんじん	だいこん ごぼう しょうが	さとう でんぶん		
		れんこんチップ				れんこん	小麦粉	油	
		キャベツのおかかあえ	かつおぶし			キャベツ もやし	さとう		
24	火	麦ごはん	牛乳	牛乳			麦ごはん		ぎょうざ 3コ
		マーぼー豆腐	豆腐 豚肉 みそ		にんじん	たまねぎ しょうが にんにく ねぎ	さとう でんぶん	ごま油	
		揚げぎょうざ	豚肉			キャベツ たまねぎ しょうが	小麦粉 さとう	油	
		ナムル				きゅうり もやし コーン	さとう	ごま油 ごま	
25	水	ごはん	牛乳	牛乳			ごはん		
		三色そぼろ丼	とり肉 卵			むきえたまめ たまねぎ	さとう	ごま 油	
		けんちん汁			にんじん	こんにゃく だいこん ごぼう ねぎ	さといも	ごま油	
		いよかん				いよかん			
26	木	ソフトめんミートソース	豚肉	牛乳	にんじん トマト	たまねぎ セロリー にんにく	ソフトめん さとう ハヤシルー		
		牛乳			こまつな	コーン キャベツ		オリーブ 油	
27	金	ごはん	牛乳	牛乳			ごはん		
		豆乳鍋	豚肉 豆乳 みそ 厚あげ		にんじん	だいこん はくさい ねぎ			
		さわらの照り焼き	さわら				さとう でんぶん 水あめ		
		ツナと白菜のあえ物	ツナ			はくさい	さとう	ごま	

※食材の納入状況等により、献立を変更する場合があります。ご了承ください。

給食回数 18回

※太字は愛知県産、太字\_は扶桑町産です。今月は、だいこん・白菜・キャベツ・守口漬が扶桑町産です。