

2月 学校給食こんだて表

(幼・小学校用) 射水市学校給食センター

平成27年 2月

日 曜	こんだてめい	あか 体をつくるもとになるもの	き エネルギーのもとになるもの	みどり 体の調子を整えるもとになるもの	給食のない 幼稚園・小学校
2月	・ごはん ・すりみあげ★ ・スタミナなっとうあえ● ・しらたまだんごじる ・ぎゆうにゆう	・ぎゆうにゆう ・すりみ(らんぼく) ・たまご なっとう ・あぶらあげ ヨーグルト	・ごはん ごむぎこ ・でんぶん あぶら ・さとう しらたまだんご	・たまねぎ コーン ごぼう ・ニラ キャベツ もやし ・ねぎ にんじん ・だいこん はくさい えのき	片口小全学年
3火	・てまきちらしずし● ・こいわしのフライ ・こんぶづけ ・とうふのすましじる ・ぎゆうにゆう	・ぎゆうにゆう ・いわし ・こんぶ とりにく わかめ ・やわらか とうふ	・ごはん さとう あぶら ・ふ でんぶん	・にんじん たけのこ しいたけ ・かんぴょう はくさい きゅうり ・えだまめ ねぎ ・えのき	
4水	・ミニコッペパン ・やきそば ・ちくわのいしがきあげ★ ・フルーツヨーグルトあえ◎ ・ぎゆうにゆう	・ぎゆうにゆう ・ぶたにく ・いか あおのり ちくわ ・たまご ヨーグルト ・こざかな	・コッペパン ちゅうかめん ・あぶら ごむぎこ ごま ・ナタデココ アーモンド	・キャベツ にんじん もやし ・みかん もも パイン パナナ	
5木	・ごはん ・さわらのごまみそかけ ・だいこんとニラのナムル ・にくじゃが ・ぎゆうにゆう	・ぎゆうにゆう ・さわら みそ ・わかめ ぶたにく	・ごはん さとう ごま ・でんぶん あぶら ・じゃがいも こんにやく	・しょうが だいこん きゅうり ・ニラ にんじん たまねぎ ・いんげん しいたけ	
6金	・ごまコッペパン ・ハンバーグ外マトソース ・ピーマンのちゅうかサラダ ・クリームシチュー◎ ・ぎゆうにゆう	・ぎゆうにゆう ・ハンバーグ ・わかめ とりにく ・しろいんげんまめ	・ごまコッペパン さとう ・ピーマン あぶら さつまいも ・バター ごむぎこ ・なまクリーム	・きゅうり コーン にんじん ・たまねぎ ブロッコリー かぶ ・パセリ	
9月	・ごはん ・えびしゅうまい※ ・くきわかめのごまずあえ ・マーボーどうふ ・ぎゆうにゆう	・ぎゆうにゆう ・えびしゅうまい ・くきわかめ ぶたにく ・とうふ みそ	・ごはん ごま さとう ・あぶら でんぶん	・キャベツ きゅうり コーン ・にんにく しょうが たまねぎ ・たけのこ しいたけ にんじん ・ねぎ	塚原小全学年
10火	・ごはん ・いかのかりんあげ ・きんときにまめ ・みそおでん★ ・ぎゆうにゆう	・ぎゆうにゆう ・いか ・きんときまめ うずらたまご ・あつあげ こんぶ みそ ・さつまあげ	・ごはん でんぶん あぶら ・さとう こんにやく ・さといも ・ぎんなん	・だいこん にんじん	放生津小全学年
12木	・むぎごはん ・カレー◎ ・ひよこまめのじゃこがらめ ・だいこんとみずなのサラダ ・ぎゆうにゆう	・ぎゆうにゆう ・ぶたにく ・チーズ ひよこまめ ・ちりめんじゃこ	・ごはん じゃがいも ・でんぶん あぶら さとう ・ごま	・たまねぎ にんじん だいこん ・みずな きゅうり オレンジ	
13金	・こめコパン ・ポークチャップ ・ブロッコリーサラダ ・かぶのポトフ ・ぎゆうにゆう	・ぎゆうにゆう ・ぶたにく ・ベーコン しろいんげんまめ	・こめコパン あぶら さとう ・じゃがいも でんぶん ・チョコプリン	・にんにく たまねぎ ブロッコリー ・マッシュルーム カリフラワー ・コーン にんじん かぶ セロリ ・キャベツ パセリ	
16月	・ごはん ・がんものふくめに● ・こまつなのごまみそあえ ・さといものそぼろに ・ぎゆうにゆう	・ぎゆうにゆう ・とりにく みそ ・くろまめがんと	・ごはん さとう ごま ・こんにやく でんぶん ・さといも	・こまつな はくさい だいこん ・にんじん たまねぎ しいたけ ・いんげん しょうが	
17火	・ひじきごはん ・さけのバターやき◎ ・はりはりづけ ・きのこのみそしる ・ぎゆうにゆう	・ぎゆうにゆう ・ひじき ・とりにく さけ みそ	・ごはん さとう バター ・ごま ・さといも	・しいたけ にんじん こまつな ・きりぼしだいこん しょうが ・はくさい だいこん しめじ ・なめこ ねぎ	
18水	・しょくパン ・とりにくとうやどうふのかわりあげ ・ポイルやさい ・ミネストローネ ・ぎゆうにゆう	・ぎゆうにゆう ・とりにく ・こうやどうふ ベーコン ・しろいんげんまめ ・チーズ あおのり	・しょくパン でんぶん ・あぶら さとう カシューナッツ ・じゃがいも マカロニ	・ブロッコリー にんじん にんにく ・たまねぎ しめじ セロリ トマト ・パセリ	
19木	・ごはん ・わかさぎのなんばんづけ ・かわりづけ ・はくさいなべ ・ぎゆうにゆう	・ぎゆうにゆう ・わかさぎ ・ぶたにく とうふ のり	・ごはん でんぶん あぶら ・さとう ごま ・さといも ・こんにやく	・キャベツ きゅうり たくあん ・にんじん しいたけ はくさい ・ねぎ ・えのき	
20金	・ごはん ・ふくらぎのてりやき ・ごもくにまめ● ・ぶたじる ・ぎゆうにゆう	・ぎゆうにゆう ・ふくらぎ ・さつまあげ だいず ・ぶたにく あぶらあげ ・みそ ひじき	・ごはん こんにやく さとう ・ごま じゃがいも	・しょうが いんげん にんじん ・だいこん はくさい りんご ・ねぎ	
23月	・ごはん ・あつやきたまご★◎ ・きりぼしだいこんのピリからあえ ・だいこんとあつあげのうまに ・ぎゆうにゆう	・ぎゆうにゆう ・ぶたにく ・あつあげ あつやきたまご	・ごはん さとう あぶら ・こんにやく でんぶん	・きりぼしだいこん ほうれんそう ・たまねぎ しょうが だいこん ・にんじん たけのこ しいたけ ・いんげん	
24火	・ごはん ・あつあげのオイスターカレーソース ・こまつなのさんしょくあえ ・とうにゆうじる● ・ぎゆうにゆう	・ぎゆうにゆう ・あつあげ ・ぶたにく とりにく ・とうにゆう みそ	・ごはん さとう でんぶん ・ごま	・ねぎ オレンジ ・たけのこ こまつな キャベツ ・もやし にんじん たまねぎ ・はくさい チンゲンサイ しめじ	
25水	・コッペパン ・とりにくのからあげ ・キドニービーンズとナッツのサラダ★ ・もずくとたまごのスープ★ ・ぎゆうにゆう	・ぎゆうにゆう ・とりにく ・あかいんげんまめ もずく ・たまご	・コッペパン でんぶん ・あぶら じゃがいも ・マヨネーズ アーモンド ・ジャム ごま	・にんにく たまねぎ キャベツ ・にんじん えのき ・ねぎ	
26木	・ごはん ・さばのあまみそかけ ・あおなのアーモンドあえ ・わかめのみそしる ・ぎゆうにゆう	・ぎゆうにゆう ・さば みそ ・あぶらあげ わかめ	・ごはん でんぶん あぶら ・さとう アーモンド ・じゃがいも	・しょうが こまつな キャベツ ・だいこん にんじん えのき ・ねぎ	
27金	・ミニコッペパン ・ソフトめんのカレーソースかけ◎ ・オムレツ★ ・あおなのコーンあえ ・ぎゆうにゆう	・ぎゆうにゆう ・ぶたにく ・レンズまめ チーズ ・オムレツ	・コッペパン ソフトめん ・あぶら	・たまねぎ にんじん もやし ・マッシュルーム グリーンピース ・ほうれんそう コーン	新湊小5年生

今月の射水の食材・・・ねぎ・えだまめ・さといも

※ 食材料の都合により変更することもあります。

食物アレルギーの対応について

次の食品が含まれている場合は、献立名の横に

卵・卵製品…★ 牛乳・乳製品…◎ カニ・エビ…※

印を付けましたので、参考にしてください。

ピーナッツ…▲ 大豆・豆乳(豆腐など加工食品は除く)…●