






平成30年度 2月給食予定献立表



あや ちょうりつあや しょう ちゅうがっこう
綾 町 立綾 小・中 学校

ひ 日 よう (曜)	こんだて	あか しょくひん 赤の食品	き しょくひん 黄の食品	みどりしょくひん 緑の食品	ちようみりようた 調味料その他
		からだ 体をつくる	エネルギーのもと	からだちようし 体の調子をととのえる	
1 (金)	むぎ 麦ごはん	せつぶんの日のメニュー(本来は3日)		こめ むぎ 米 麦	
	ごじる	だいず あぶら にく 大豆 油あげ ぶた肉 みそ		だいこん にんじん はくさい ねぎ	にぼし 煮干し
	いわしのかんろに	いわし	さとう		しょうゆ さけ しょう油 酒 みりん
	だいこんのすのもの			だいこん にんじん	しお
4 (月)	むぎ 麦ごはん		こめ むぎ 米 麦		
	がんもどきのピリカラ煮	ぶた肉 あつあ 厚揚げ みそ がんも(大豆・油・にんじん・上 新粉・ごま)	ごま油 ぶん でん粉 さとう	にんにく しょうが にんじん たけのこ しいたけ はくさい ねぎ	しお しょうゆ 唐辛子 酒 トウモロコシ
	ばいにく 梅肉あえ	てんぷら 天ぷら(什惣、アジ)	ごま ごま油 あぶら さとう	だいこん わかめ にんじん うめぼし もやし	しょうゆ
5 (火)	コッペパン		コッペパン		
	からみ 辛味とうふじる	とうふ みそ	ごま油 あぶら	にんじん えのきたけ はくさい ねぎ	唐辛子 しょうゆ にぼし 煮干し
	メンチカツ	【ぶた肉・キャベツ・たま ねぎ・パン粉・ しお さとう 塩・砂糖・コンソメ・香辛料・大豆粉】			
	ゆでキャベツ			キャベツ	しお
6 (水)	むぎ 麦ごはん		こめ むぎ 米 麦		
	さばみそ煮	さば	さとう	しょうが	しょうゆ さけ しょう油 酒 みりん
	きゅうり			きゅうり	
	とり 鶏だいこんじる	とり肉 あぶら 油あげ	こめ あぶら 米 油 こんにゃく	しょうが だいこん こまつな えのきたけ にんじん	しお しょうゆ みりん かつお節 さけ 酒
7 (木)	キーマカレー	ぶた肉 いんげん豆 まめ	こめ むぎ 米 麦 バター	にんじん たまねぎ しめじ しょうが にんにく	カレー粉 ※ ルウ ケチャップ ワイン デミグラスソース
	コールスローサラダ		ノンエッグマヨ さとう	キャベツ にんじん だいこん じゅる コーン レモン汁	しお
8 (金)	6年1組 リクエスト給食		こめ 小麦粉 バター さとう		しお 塩
	とり肉 きゅうりにゅう なま 牛乳 生クリーム		じゃがいも オリーブ油 あぶら こめ 米粉	にんにく にんじん たまねぎ こまつな	しお こしょう ワイン
	何のメニューかな？ 食材を見て当ててみよ う！	とり肉	こめ あぶら 小麦粉 ぶん 米 油 小 でん粉	にんにく しょうが	さけ しお しょうゆ こしょう
				きゅうり	しお しょうゆ
12 (火)	こめ 小麦粉 米粉パン		こめ 小麦粉 米粉パン		
	すきやきうどん	ぶた肉 あつあ 厚揚げ	うどん さとう 米 あぶら 油	にんじん はくさい 白ねぎ しいたけ	しお しょうゆ さけ 酒
	すみそあえ	あぶら 油あげ みそ わかめ	す さとう	だいこん きゅうり にんじん	す
13 (水)	むぎ 麦ごはん		こめ むぎ 米 麦		
	とり肉とじゃがいものふくめ煮	とり肉 ちくわ(魚肉でん粉 しお 砂糖 ぶどう糖 みりん) あつあ 厚揚げ	じゃがいも さとう 米 あぶら 油 こんにゃく	ごぼう にんじん 青 大根 しょうが	しお みりん しょうゆ
	ツナあえ	ツナ(まぐろ)	ごま油 あぶら さとう ごま	キャベツ きゅうり にんじん	酢 しょうゆ
14 (木)	むぎ 麦ごはん		こめ むぎ 米 麦		
	いわししょうが煮	いわし	さとう	しょうが	しょうゆ みりん
	きゃべつ			キャベツ	しお
	ごめ 五目じる	とり肉 とうふ		だいこん にんじん こまつな しいたけ 白ねぎ	しょうゆ しお こしょう 煮干し

15 (金)	むぎ 麦ごはん		こめ むぎ 米 麦		
	ちゃんこ ^に 煮	とり ^{にく} 肉 みそ あつあげ	こめあぶら いと 米 油 糸こんにゃく こめ だんご 米粉団子	だいこん にんじん ごぼう はくさい しいたけ ねぎ しょうが	しょうゆ みりん ^{さけ} 酒
	じゃこあえ	ちりめん	さとう ごま 	だいこん にんじん キャベツ レモンじる	す しお しょうゆ
18 (月)	むぎ 麦ごはん		こめ むぎ 米 麦		
	ぶたじる	ぶた ^{にく} 肉 みそ とうふ あぶら 油あげ	さつまいも こめあぶら 米 油	だいこん はくさい にんじん ごぼう しょうが ねぎ	にぼ 煮干し
	とりひじきそぼろ ^に 煮	とりミンチ ひじき	さとう こんにゃく	しょうが たまねぎ にんじん あお 青 まめ	しょうゆ ^{さけ} 酒 みりん
19 (火)	コッペパン		コッペパン		
	コーンラーメン	ぶた ^{にく} 肉	めん	はくさい にんじん もやし ねぎ にんにく しょうが	とり 鶏がら しょうゆ しお 塩 こしょう
	ごまマヨあえ	ちくわ（魚肉 でん粉 しお 砂 糖 ぶどう糖 みりん）	ごま ノンエッグマヨ	きゅうり にんじん だいこん	しお しょうゆ こしょう
20 (水)	むぎ 麦ごはん		こめ むぎ 米 麦		
	はるさめスープ	とり ^{にく} 肉	はるさめ 春雨 	しいたけ にんじん たまねぎ キャベツ ねぎ しょうが にんにく	しお こしょう しょうゆ
	たらのケチャップいため	たら	さとう	たまねぎ にんじん しめじ	しお こしょう ケチャップ しょうゆ
21 (木)	さんしよく ^{どん} 三色そぼろ丼	とりミンチ 卵	こめ むぎ 米 麦 さとう	しいたけ にんじん しょうが あお 青まめ	しょうゆ みりん
	のっぺいじる	とうふ あぶら 油あげ	こんにゃく でん ^{ぶん} 粉	にんじん だいこん ねぎ	しょうゆ にぼ ^{さけ} 煮干し 酒
22 (金)	コッペパン		コッペパン		
	オーロラシチュー	ぶた ^{にく} 肉 きゅう 牛にゅう	じゃがいも こめ 米粉 バター	にんにく にんじん たまねぎ しめじ トマト	ワイン ケチャップ こしょう
	だいこんとツナサラダ	ツナ（まぐろ）	さとう	だいこん こまつな にんじん レモンじる とうもろこし	こしょう す しお
25 (月)	むぎ 麦ごはん		こめ むぎ 米 麦		
	かきたまじる	とうふ たまご 卵 わかめ	でん ^{ぶん} 粉	にんじん こまつな	しょうゆ しお にぼ 煮干し
	ぶた ^{にく} 肉のみそいため	ぶた ^{にく} 肉 みそ ちくわ（魚肉 で ん粉 しお 砂糖 ぶどう糖 みりん）	ごまあぶら ごま油	たまねぎ にんじん たけのこ しめじ しょうが	しお しょうゆ とうがらし
26 (火)	コッペパン		コッペパン		
	カレーうどん	ぶた ^{にく} 肉 あぶら 油あげ	うどん	たまねぎ にんじん しめじ ねぎ	カレー ^こ 粉 ルウ にぼ 煮干し
	ひじきとチーズのサラダ	ツナ（まぐろ）チーズ ひじき	さとう オリーブ ^{あぶら} 油	だいこん こまつな とうもろこし レモンじる	しょうゆ す
27 (水)	キムタクごはん	ぶた ^{にく} 肉	こめ むぎ 米 麦 	はくさいキムチ たくわん あお 青まめ	みりん しょうゆ
	わかめスープ	とうふ わかめ	ごま	たまねぎ えのきだけ ねぎ	しょうゆ にぼ 煮干し
	むてんかポークしゅうまい	【ぶた ^{にく} 肉・たまねぎ・でん ^{ぶん} 粉・パン こ 粉・砂糖・塩・生姜・香辛料】			
28 (木)	むぎ 麦ごはん		こめ むぎ 米 麦		
	いりとうふ	とうふ ちくわ（魚肉 でん粉 しお 砂糖 ぶどう糖 みり ん） ^{たまご} 卵	さとう	たまねぎ にんじん ねぎ	^{さけ} 酒 しお みりん しょうゆ
	みそけんちんじる	とうふ あぶら 油あげ とり ^{にく} 肉 みそ	さつまいも こんにゃく	しいたけ だいこん にんじん	にぼ 煮干し