



2月 学校給食献立表



日向市学校給食センター

A	こんだてめい	力や熱になるもの (黄)	血、骨、肉になるもの (赤)	体の調子を整えるもの (緑)	エネルギー たんぱく質 脂肪		
2月	むぎこはん ぎゅうにゅう なめらかワンタンのスープに きくらげのすのもの		こむぎこ あぶら でんぶん さとう さといも はるさめ こま	牛乳 だいす ぶたにく あつあげ	だいこん キャベツ たまねぎ こまつな しょうが あおねぎ きくらげ きゅうり にんじん	602 19.5 14.6	704 22.2 15.9
3火	マヨネーズパン ぎゅうにゅう トマトなし スペゲティサラダ		じゃがいも スペゲティ ドレッシング	牛乳 ミートボール チーズ とりにく	たまねぎ にんじん しめじ キャベツ トマト きゅうり ほうれんそう	601 23.0 23.2	741 27.5 27.7
4水	むぎこはん ぎゅうにゅう いわしのかばやき そえやさい こじる せつぶんまめ		こめこ さとう こくとう	牛乳 いわし だいす みそ	もやし たまねぎ にんじん ごぼう えのき あおねぎ	710 34.0 19.0	828 39.3 21.1
5木	こめこパン ぎゅうにゅう とりにくとやさいのようふうにこみ マリンサラダ		あぶら さとう	牛乳 とりにく だいす ツナ	たまねぎ にんじん マッシュルーム だいこん かぼちゃ バセリ きゅうり	578 30.0 20.5	659 34.3 22.8
6金	マー婆ーはくさいどん ぎゅうにゅう BLTスープ		こまあぶら さとう でんぶん	牛乳 ぶたにく みそ ベーコン たまご	しょうが たまねぎ たけのこ はくさい にら にんじん トマト レタス	601 21.5 19.3	703 24.5 21.7
9月	むぎこはん ぎゅうにゅう ゆずみそチキン そえやさい みぞれじる		さとう オリーブオイル ドレッシング さといも	牛乳 とりにく みそ あつあげ	ゆず ブロッコリー にんじん だいこん なめこ はくさい あおねぎ	614 26.9 18.7	719 31.1 20.9
10火	こくとうパン ぎゅうにゅう かぶとさといものクリームに ごぼうサラダ		あぶら さといも こめこ ドレッシング	牛乳 とりにく だいす ツナ	たまねぎ にんじん かぶ しめじ アスパラガス ごぼう きゅうり	654 28.4 20.3	740 32.2 22.5
12木	げんりょうコッペパン ぎゅうにゅう こもくあんかけラーメン ごぼうドレッシングサラダ デザート		こまあぶら でんぶん あぶら ちゅうかめん ドレッシング デザート	牛乳 ぶたにく ハム	しょうが たまねぎ たけのこ にんじん キャベツ チンゲンサイ きゅうり だいこん コーン	591 24.3 19.7	721 29.2 22.7
13金	むぎこはん ぎゅうにゅう チンジャオロース ちゅうかごーンスープ		あぶら さとう でんぶん こまあぶら	牛乳 ぎゅうにく とりにく とうふ	しょうが たけのこ あか・き・みどりピーマン にんじん コーン ほうれんそう	623 26.2 19.9	729 30.2 22.4
16月	ホークカレー ぎゅうにゅう フルーツポンチ		だいすバター こむぎこ あぶら じゃがいも ゼリー	牛乳 ぶたにく	しょうが たまねぎ にんじん りんご グリンピース もも みかん パイン	650 19.3 16.1	762 21.9 17.8
17火	ドッグパン ぎゅうにゅう ミートサンド マロニースープ		あぶら さとう ハンこ あぶら マロニー	牛乳 とりにく だいす ベーコン	たまねぎ にんじん ピーマン ヤングコーン かぼちゃ こまつな	581 24.5 22.1	708 29.1 25.6
18水	ちゅうかどん ぎゅうにゅう あおのりボテサラダ		こまあぶら でんぶん じゃがいも マヨネーズ	牛乳 ぶたにく いか えび とりにく あおのり	しょうが たまねぎ にんじん はくさい あおまめ たまねぎ きゅうり	648 27.7 20.7	759 32.0 23.3
19木	コッペパン ぎゅうにゅう こんさいみそシチュー へべすドレッシングサラダ ジャム		あぶら じゃがいも こめこ さとう ジャム	牛乳 とりにく みそ とうにゅう ハム	たまねぎ にんじん ごぼう れんこん だいこん ブロッコリー アスパラガス ほしにんじん	598 25.6 21.0	729 30.4 24.3
20金	むぎこはん ぎゅうにゅう とりにくとカシューナッツのあげに ふゆやさいのあったかしょうがスープ		でんぶん あぶら さとう カシューナッツ さといも	牛乳 とりにく ベーコン	たまねぎ にんじん あおまめ はくさい だいこん しいたけ しょうが	717 26.2 27.1	843 30.3 31.0
24火	げんりょうコッペパン ぎゅうにゅう しきごまタンタンうどん おかかええ		こまあぶら こま うどん さとう	牛乳 ぶたにく みそ うすあげ かつおぶし	しょうが たまねぎ たけのこ しめじ あおねぎ こまつな もやし きゅうり にんじん	580 25.7 22.5	716 30.8 26.3
25水	むぎこはん ぎゅうにゅう くわきわかめのきんぴら カルシウムたっぷりみそしる のり		こまあぶら さとう	牛乳 ぶたにく くきわかめ ちくわ とうひ うすあげ みそ とうにゅう のり	れんこん ごぼう にんじん こんにゃく あおまめ たまねぎ こまつな せんぎりだいこん	623 26.4 17.2	728 30.3 19.1
26木	ミルクパン ぎゅうにゅう とりにくのカレー・マヨネーズやき ブロッコリーのドレッシングあえ やさいスープ		マヨネーズ ドレッシング あぶら	牛乳 とりにく ベーコン	ブロッコリー たまねぎ にんじん かぼちゃ しめじ ズッキーニ	659 29.1 30.9	809 34.9 36.4
27金	むぎこはん ぎゅうにゅう すきやき いとかまぼこともやしのあえもの		あぶら さとう こま	牛乳 ぎゅうにく やきどうふ かまぼこ	こんにゃく にんじん ごぼう しいたけ はくさい しろねぎ しゅんざく もやし きゅうり	602 23.6 15.9	704 27.0 17.6

◎ 献立・及び使用食材は天候などにより変更になることがあります。



★ 12月16日～1月15日に使用した日向市産・県産の食材 ★

もしやし・えのき・にんじん（一部有機農産物）・しょうが・キャベツ・きゅうり・ピーマン・にら・だいこん
ほしにんじん・ねぎ（一部有機農産物）・しろねぎ・はくさい・ほうれんそう・へべすかじゅう・かぶ

