



# 2月献立表



日	曜	飲み物	献立名		体の組織を作る食品群		体の調子を整える食品群		エネルギーとなる食品群		エネルギー (kcal)	
			主食	おかず	1群 魚・肉・卵 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・果物	5群 米・パン・めん いも類・砂糖	6群 油脂 種実	たんぱく質 (g) 脂質 (g)	
1	月	牛乳	ごはん	豚肉の南部焼き 田舎汁 いちご2個	豚肉 生揚げ みそ	牛乳	にんじん さやいんげん	ごぼう 大根 こんにやく いちご	ごはん 砂糖 じゃが芋	ごま 米油	813 35.8 24.3	
2	火	牛乳	<b>節分献立</b> ちらし寿司 手巻きのり	いわしの生姜煮 けんちん汁 福豆	いわし 豆腐 油揚げ 大豆	牛乳	にんじん	たけのこ こんにやく れんこん ごぼう 椎茸 大根 <b>ねぎ</b>	ごはん 里芋	ごま油	828 32.8 25.4	
3	水	牛乳	麦ごはん	ポークカレー アーモンドサラダ ヨーグルト	豚肉 鶏肉	牛乳 ヨーグルト	にんじん	玉ねぎ チャツネ にんにく <b>キャベツ</b> きゅうり いちご	麦ごはん じゃが芋	米油 アーモンド ドレッシング	899 28.7 25.0	
4	木	牛乳	ココア揚げパン	おっきりこみ チーズとじゃこのサラダ	鶏肉 油揚げ さつま揚げ	牛乳 チーズ	にんじん 小松菜	大根 <b>ねぎ</b> <b>キャベツ</b> きゅうり	パン 砂糖 ごま	米油 ごま ドレッシング	785 29.5 29.0	
5	金	牛乳	ごはん ふりかけ	韓国風焼肉 わかめスープ みかんタルト	豚肉 なると	牛乳 わかめ	にんじん にら 水菜	玉ねぎ にんにく <b>ねぎ</b> 白菜 生姜 しいたけ えのきだけ	ごはん 砂糖 ごま油 タルト	ごま ごま油	790 30.3 21.1	
8	月	牛乳	ごはん	くわい入りつくね2個 きんぴらごぼう かきたま汁 プルーン	鶏肉 豚肉 さつま揚げ 卵 豆腐	牛乳	にんじん ほうれん草	こんにやく ごぼう しいたけ 玉ねぎ プルーン	ごはん 砂糖 米油 ごま油	ごま 米油 ごま油	777 25.3 20.8	
9	火	牛乳	ぶどうパン	いかたらこスパゲッティ 花野菜サラダ フルーツボンチシュレ	ベーコン いか たらこ ツナ	牛乳	にんじん ピーマン ブロッコリー	玉ねぎ にんにく しめじ <b>キャベツ</b> カワラワ 洋葱 椎茸 りんご レーズン	パン スパゲッティ ゼリー	オリーブ油 バター ドレッシング	862 32.4 29.5	
10	水	牛乳	ごはん	鮭のねぎみそ焼き 切干大根の煮つけ 呉汁	鮭 みそ 油揚げ さつま揚げ 青大豆 豆乳	牛乳	にんじん 小松菜	切干大根 しいたけ こんにやく 大根 ごぼう <b>ねぎ</b>	ごはん 砂糖 米油 里芋	米油	765 36.2 17.2	
12	金	牛乳	ごはん	ハンバーグバーベキューソースかけ2個 彩り野菜スープ ガトーショコラ	豚肉 鶏肉 ベーコン	牛乳	にんじん 小松菜	玉ねぎ りんご 生姜 レモン にんにく コーン <b>キャベツ</b>	ごはん じゃが芋 ガトーショコラ	米油	885 28.2 29.0	
15	月	<b>3の4リクエスト献立</b>										
16	火	牛乳	丸パン横ぎり	エビカツ (タルタルソース) ミネストローネ スライスチーズ ぼんかん	えび 鶏肉 大豆 ベーコン	牛乳 チーズ	にんじん トマト	玉ねぎ セロリー <b>キャベツ</b> にんにく ぼんかん	パン パン粉 マカロニ 砂糖	米油 タルタルソース オリーブ油	859 33.8 28.3	
17	水	牛乳	発芽玄米ごはん	麻婆厚揚げ パンパンシーサラダ	豚肉 みそ 生揚げ 鶏肉	牛乳	にんじん	玉ねぎ しいたけ <b>ねぎ</b> にんにく 生姜 <b>キャベツ</b> きゅうり	発芽玄米ごはん 砂糖 ごま油 片栗粉	米油 ごま油 ドレッシング	864 34.5 27.3	
18	木	<b>3の1リクエスト献立</b>										
19	金	牛乳	ごはん のり佃煮	肉じゃが かき菜のおかかあえ 型抜きシアチーズいちご	豚肉 かつお節	牛乳 のり チーズ	にんじん	玉ねぎ しいたけ 枝豆 しらたき 白菜	ごはん じゃが芋 砂糖	米油	809 29.7 18.4	
22	月	牛乳	中華風混ぜごはん	ポーク焼売2個 ワンタンスープ アーモンド小魚	焼き豚 豚肉 鶏肉 なると	牛乳 小魚	にんじん	たけのこ <b>ねぎ</b> しょうが <b>キャベツ</b> メンマ	ごはん 砂糖 アーモンド ワンタン	ごま油	799 34.5 21.7	
24	水	牛乳	ごはん	五目厚焼き玉子 すき焼き風煮 磯あえ	卵 豚肉 豆腐	牛乳 のり	にんじん	白菜 しいたけ 春菊 しらたき <b>ねぎ</b> ほうれん草 <b>キャベツ</b>	ごはん 砂糖 ごま	米油	794 35.1 23.2	
25	木	牛乳	チーズ包み込みパン	焼きそば ツナ入り大根サラダ 季節の果物	豚肉 ツナ	牛乳 チーズ	にんじん	<b>キャベツ</b> 玉ねぎ きゅうり 大根 柑橘	パン 焼きそば麺	米油 ドレッシング	783 31.9 26.3	
26	金	牛乳	<b>要諦応援献立</b> 勝つ! ごはん	ソースカツ2個 ぐんまの納豆 野菜たっぷりみそ汁	豚肉 納豆 豆腐 みそ	牛乳	にんじん 小松菜	玉ねぎ 大根 <b>ねぎ</b>	ごはん 砂糖 パン粉 じゃが芋	米油	839 35.3 21.4	

2月は3年1組と4組のリクエスト献立です。楽しみにしてください!

**太字**は太田市産の野菜です。

大久保さんがほうれん草、小松菜、八木さんがにんじん、ブロッコリー、カリフラワー、長ねぎ、キャベツ、白菜をもってきてくれます。

地域の恵みに感謝していただきましょう。



※野菜類はすべて加熱してあります。

※都合により献立および食材等を変更する場合があります。

★給食費口座振替日は2月26日(金)です★

3年生は2,3月分を合わせて **7,620円** が2月に引き落としとなります。前日までに入金をお願いいたします。



お知らせ 太田市教育委員会 学校施設管理課 学校給食係より

太田市では学校給食の調理済み給食及び使用食材の放射性物質測定検査を行っています。詳しくは、太田市HPをご覧ください。

～ぐんまの食育～