



2月 献立表



| 日 | 曜 | 献立 | | | 体の組織を作る食品群 | | 体の調子をととのえる食品群 | | エネルギーとなる食品群 | | たんぱく質(g) 脂質(g) |
|--------------------------|---|----------------------------|-----------------|---|----------------------------|-----------------------|------------------------|---|------------------------------------|----------------|---------------------|
| | | 主食 | 飲み物 | おかず など | 1群 魚・肉・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 果物 | 5群 米・パン・種 いも・砂糖 | 6群 油脂 種実 | |
| 3 | 月 | ごはん | 牛乳 | いわしのごまみそ煮 荳わかめのきんぴら けんちん汁 福豆 | いわし みそ | 牛乳 くさわかめ | にんじん | れんこん 大根 こんにゃく ごぼう ねぎ | ごはん 里芋 砂糖 | 油 ごま ごま油 | 741 30.3 20.3 |
| 4 | 火 | チョコッパン | 牛乳 | ほたてのクリームシチュー キャベツとコーンのソテー ぽんかん | ほたて ウインナー | 牛乳 生クリーム | にんじん | たまねぎ 白菜 キャベツ コーン ぽんかん | チョコッパン | 油 | 803 32.2 28.9 |
| 5 | 水 | ごはん | 牛乳 | チキンだっす 卵の花の炒り煮 根菜のごま汁 | 鶏肉 おから 豚揚げ みそ 豚肉 ちくわ | 牛乳 | にんじん | 生姜 にんにく ねぎ こんにゃく 干しいたけ 大根 たまねぎ ごぼう | ごはん 砂糖 里芋 | 油 ごま油 ごま | 848 40.8 28.4 |
| 6 | 木 | ヨガ-揚げパン | 牛乳 | 海藻サラダ キムチ汁 | 豚肉 豆腐 みそ | 牛乳 海藻 | にんじん | キャベツ きゅうり にんにく こんにゃく 大根 ねぎ 白菜 えのきたけ 白菜キムチ | ツイストパン 砂糖 | 油 ごま油 ごま | 705 25.9 25.6 |
| 7 | 金 | 麦ごはん | 牛乳 | ポークカレー シーザーサラダ(クルトン) 豆乳プリンタルト | 豚肉 | 牛乳 | にんじん | たまねぎ りんご にんにく 生姜 プルーン キャベツ きゅうり コーン | 麦ごはん じゃがいも クルトン タルト | 油 | 900 25.1 27.2 |
| 10 | 月 | ごはん | 牛乳 | えびといかのチリソース煮 ショーロンポー えのきとわかめのスープ | えび いか 豚肉 | 牛乳 わかめ | にんじん チンゲン菜 | たけのこ たまねぎ ねぎ 生姜 にんにく キャベツ もやし えのきたけ | ごはん 砂糖 小麦粉 片栗粉 | ごま油 ごま | 726 25.5 19.5 |
| 11 | 火 | 建国記念の日 | | | | | | | | | |
| 12 | 水 | ごはん | 牛乳 | 金目鯛の白しょうゆ焼き 筑前煮 にらたま汁 | 金目鯛 鶏肉 卵 豆腐 | 牛乳 | にんじん いんげん にら | ごぼう たけのこ こんにゃく 干しいたけ たまねぎ ねぎ | ごはん 里芋 砂糖 片栗粉 | 油 | 711 33.6 20.7 |
| 13 | 木 | ごはん | 牛乳 | 海鮮かき揚げ(天丼のたれ) 小松菜とキャベツのごまあえ ゆば入りみそ汁 | えび いか ゆば みそ | 牛乳 | にんじん 春菊 小松菜 | キャベツ たまねぎ 白菜 | ごはん 砂糖 小麦粉 じゃがいも | 油 ごま | 778 23.5 24.8 |
| 14 | 金 | きのこことごぼ うのか-ピラ (ごはん) | 牛乳 | (きのこことごぼうのか-ピラフの具) ハートのハンバーグ ABCスープ ガトーショコラ | ウイナー バ- ン | 牛乳 | にんじん | ごぼう たまねぎ しめじ コーン にんにく キャベツ 枝豆 | ごはん マカ ニ 砂糖 じゃがいも ガトーショコラ | 油 バター | 892 31.0 31.5 |
| 17 | 月 | ビビンバ (ごはん) | 牛乳 | (肉炒め) (ナムル) ほたてと玉子のスープ | 豚肉 ほたて 卵 おから | 牛乳 | にんじん ほうれん草 チンゲン菜 | ぜんまい ニンニク 大豆もやし たまねぎ こんにゃく | ごはん 砂糖 じゃがいも 片栗粉 | 油 ごま油 ごま | 713 30.1 21.3 |
| 18 | 火 | メロンパン | 牛乳 | パンネのミートソース煮 グラタン はるみ | 豚肉 おから | 牛乳 | トマト ほうれん草 | たまねぎ こんにゃく グリーンピース マッシュルーム はるみ | メロンパン マカロニ じゃがいも | 油 バター | 813 26.5 27.2 |
| 19 | 水 | ごはん | ショア ストパ ー | 鶏肉の唐揚げ わかめの酢の物 豚汁 | 鶏肉 豚肉 ツナ 豆腐 みそ | ショア わかめ | にんじん | きゅうり 大根 ごぼう こんにゃく ねぎ いちご | ごはん 砂糖 じゃがいも | 油 | 829 35.4 24.2 |
| 20 | 木 | ツイスト-パン | 牛乳 | 厚巻玉子ウインナー きのこコストロガノフ でこぼん | 卵 ウインナー 豚肉 | 牛乳 生クリーム | にんじん トマト | たまねぎ エリンギ しめじ グリーンピース にんにく マッシュルーム でこぼん | ツイスト-パン 砂糖 | バター | 810 30.5 35.8 |
| 21 | 金 | ごはん | 牛乳 | 肉団子 しらたきのチャプチェ 豆腐チゲ | 鶏肉 豚肉 豆腐 みそ | 牛乳 | にんじん ピーマン にら | しらたき たまねぎ しめじ にんにく 大根 白菜 ねぎ 生姜 白菜キムチ | ごはん 砂糖 片栗粉 | 油 ごま油 ごま | 765 31.6 22.2 |
| 24 | 月 | 振替休日 | | | | | | | | | |
| 25 | 火 | パンズパン | 牛乳 | 和風たらこスパゲッティ マンゴーのヨーグルトあえ 小魚アーモンド | たらこ ベーコン | 牛乳 片いわし ヨーグルト | にんじん ピーマン | にんにく たまねぎ しめじ ナタデココ マンゴー | パンズパン スパゲッティ アーモンド | 油 バター | 924 32.7 29.2 |
| 26 | 水 | ごはん | 牛乳 | さわらの竜田揚げ わかめとツナのサラダ 野菜たっぷりみそ汁 | さわら 豆腐 野菜 | 牛乳 わかめ ツな みそ | にんじん 小松菜 | キャベツ きゅうり たまねぎ 大根 干しいたけ | ごはん 砂糖 片栗粉 じゃがいも | 油 | 747 31.3 24.3 |
| 27 | 木 | チーズパン | 牛乳 | 照焼チキン かぼちゃとアーモンドのサラダ ミネストローネ | 鶏肉 ベーコン いんげん豆 | 牛乳 チーズ | にんじん かぼちゃ トマト | きゅうり たまねぎ キャベツ セロリー にんにく | パン じゃがいも マカロニ | 油 アーモンド | 816 35.9 36.3 |
| 太田市20周年記念献立～太田の恵みたっぷり給食～ | | | | | | | | | | | |
| 28 | 金 | 牛っと おた丼 (ごはん) | 牛乳 | (牛っとおた丼の具) 藪塚どだちの小松菜サラダ 太田野菜のみそ汁 | 牛肉 ツナ 豆腐 みそ | 牛乳 わかめ | にんじん 小松菜 | たまねぎ ねぎ しらたき キャベツ レモン 白菜 大根 りんご | ごはん 砂糖 ゼリー | 油 | 750 31.0 22.8 |

※都合により献立を変更する場合がありますので、御了承ください。

※地場産野菜と旬の食材を使った献立は、太字になっています。【キャベツ・にんじん・ねぎ・チンゲン菜・大根・白菜・小松菜】

20周年記念献立～太田の恵みたっぷり給食～

令和7年3月28日に太田市、尾島町、新田町、藪塚本町の1市3町が合併して20周年を迎えます。

そこで、太田市の各地域が誇る農畜産物を使用した記念献立を太田市全給食提供校で実施します。献立は、新田牛、尾島地域のねぎ、太田市産米を使った牛っとおた丼(牛丼)

藪塚本町地域の小松菜を使った藪塚どだちの小松菜サラダ

ねぶた祭で交流のある友好都市の青森県弘前市産りんご果汁のねぶたのふるさとりんごゼリーです。

ふるさと太田の魅力を知り、みんなでさらに素敵な太田市を作っていきます！

