

2月こんだてよてい

日・曜	こんだてめい	赤のしょくひん (ちやくになる)	緑のしょくひん (からだのちようしを ととのえる)	黄のしょくひん (ねつやちからになる)	その他 調味料	エネルギー タンパク質
1日・水	ぎゅうにゅう こくさんこむぎパン タイピーエン ツナポテトサラダ	ぎゅうにゅう ぶたにく (冷) むきえび シーチキン	にんじん たまねぎ きくらげ はくさい ねぎ、きゅうり	こくさんこむぎパン はるさめ サラダあぶら じゃがいも マヨネーズ	しょうゆ しお、コショウ ちゅうかスープのもと す ようからし	651Kcal 24.8g
2日・木	ぎゅうにゅう ごはん さけのちゃんちゃんやきふう のっぺいじる	ぎゅうにゅう さけ みそ あぶらあげ	ショウガ、キャベツ たまねぎ、ニンニク にんじん、ニラ だいこん、ねぎ こんにやく	ごはん サラダあぶら さとう かたくりこ さといも	しょうゆ さけ トウバンジャン だしかつお	615Kcal 29.4g
3日・金	ぎゅうにゅう ごはん、ふくまめ いわしのアンダレス とうふのみそしる だいこんのごまあえ	ぎゅうにゅう いわし あぶらあげ とうふ みそ、ふくまめ	ショウガ しめじ ねぎ だいこん にんじん	ごはん かたくりこ サラダあぶら さとう、パンこ いりごま	さけ、コショウ トマケチャップ ウスタソース しょうゆ だしじゃこ	694Kcal 29.4g
6日・月	ぎゅうにゅう ごはん とりすきやき だいこんのはいにあえ	ぎゅうにゅう とりにく やきどうふ かまぼこ ふ	にんじん たまねぎ こんにやく しろねぎ、あおねぎ だいこん、はいにあえ	ごはん さとう	しょうゆ さけ みりん	604Kcal 23.7g
7日・火	ぎゅうにゅう ごはん ちぐさやき きんぴらごぼう ふとほうれんそうのみそしる	ぎゅうにゅう とりミンチ たまご <b>みそ(くみやまみそ)</b> あぶらあげ、ふ	たまねぎ にんじん ほししいたけ ねぎ、ニンニク ごぼう、ほうれんそう	ごはん サラダあぶら ごまあぶら さとう いりごま	しお、さけ コショウ、ミリン しょうゆ とうがらし だしじゃこ	659Kcal 27.0g
8日・水	ぎゅうにゅう こがたパン ウィンナー まめいりポトフ かいそうサラダ	ぎゅうにゅう ウィンナー ベーコン だいた かいそうミックス	にんじん たまねぎ ブロッコリー キャベツ	こがたパン じゃがいも さとう	ロリエ、しお コショウ、ブイヨン ワイン、す しょうゆ トマケチャップ	522Kcal 20.1g
9日・木	ぎゅうにゅう ごはん いかとだいこんのもの ねぎのサラダ	ぎゅうにゅう (冷) いか ハム	だいこん にんじん <b>あおねぎ(地場産)</b> ホールコーン	ごはん さといも さとう マヨネーズ いりごま	しょうゆ みりん さけ	586Kcal 21.2g
10日・金	ぎゅうにゅう こぎつねずし はくさいなべ	ぎゅうにゅう あぶらあげ ちりめんじゃこ ぶたにく	にんじん はくさい こまつな ほししいたけ	ごはん さとう いりごま	しお、ミリン しょうゆ こめず だしかつお だしこんぶ	591Kcal 21.8g
13日・月	ぎゅうにゅう ごはん すぶた わかめスープ	ぎゅうにゅう ぶたにく ほしわかめ	ショウガ、たまねぎ にんじん、ピーマン たけのこみずに パン(缶) もやし、ねぎ	ごはん かたくりこ サラダあぶら	しょうゆ トマケチャップ す、しお こしょう ちゅうかあじ	633Kcal 27.7g
14日・火	ぎゅうにゅう ごはん ねぎやき とうにゅういりみそしる だいこんのこんぶあえ	ぎゅうにゅう ぶたにく たまご、みそ こうやどうふ しおふきこんぶ	キャベツ、ねぎ たまねぎ にんじん こんにやく <b>だいこん(地場産)</b>	ごはん こむぎこ じょうよこ	トウカツソース しお だしかつお	617kcal 22.1g

きせつのかおり

はくさい、だいこん、ねぎ、れんこん、きくな、みずな、さわら  
ほうれんそう、ごぼう、こまつな

久御山町学校給食研究会

日・曜	こんだてめい	赤のしょくひん (ちやにくになる)	緑のしょくひん (からだのちょうしを ととのえる)	黄のしょくひん (ねつやちからになる)	その他 調味料	エネルギー タンパク質
1 5 日 ・ 水	ぎゅうにゅう こがたパン イタリアスパゲティ ねんこんとごぼうのサラダ	ぎゅうにゅう ポークハム こなチーズ	たまねぎ にんじん マッシュルーム (冷) グリンピース れんこん、ゴボウ	こがたパン スパゲティ サラダあぶら バター	トマトケチャップ トマトピューレ ウスタソース しお、こしょう、胡椒 リンゴ酢	628Kcal 25.0g
1 6 日 ・ 木	ぎゅうにゅう チキンカレーライス てつマンナムル	ぎゅうにゅう とりにく	たまねぎ、にんじん ニンニク、ショウガ (冷) グリンピース <b>ほうれんそう(地場産)</b> えのきだけ	ごはん じゃがいも サラダあぶら ごまあぶら さとう	カレーウ、カレー ウスタソース トマトケチャップ しょうゆ す	648Kcal 20.7g
1 7 日 ・ 金	ぎゅうにゅう ごはん にみそ きくなとはくさいのおかかあえ	ぎゅうにゅう ぶたにく あかみそ あつあげ はなかつお	だいこん にんじん こんにゃく ねぎ、きくな はくさい	ごはん さといも さとう	だしかつお しょうゆ	562Kcal 19.6g
2 0 日 ・ 月	ぎゅうにゅう あぶたまどんぶり ひじきのあえもの	ぎゅうにゅう あぶらあげ たまご もみのり、ヒジキ ちりめんじゃこ	こまつな にんじん しろねぎ きゅうり	ごはん さとう かたくりこ ごまあぶら	しょうゆ さけ、す しお みりん	739Kcal 30.3g
2 1 日 ・ 火	ぎゅうにゅう ごはん (セレクト)さかなのたつたあげ ちくわのいそべあげ ぶたじる、キャベツのびりあえ	ぎゅうにゅう さかな、ちくわ たまご あおのり みそ	ショウガ、だいこん にんじん こんにゃく たまねぎ、ねぎ キャベツ	ごはん かたくりこ サラダあぶら ごまあぶら	しょうゆ さけ だしじゃこ トウバンジャン	630Kcal 26.2g
2 2 日 ・ 水	ぎゅうにゅう あじつけパン ポークシチュー ごぼうのサラダ	ぎゅうにゅう ぶたにく こなチーズ	ニンニク、にんじん たまねぎ (冷) グリンピース ごぼう チンゲンサイ	あじつけパン じゃがいも こむぎこ バター、さとう サラダあぶら	ワイン、ロリエ トマトケチャップ トマトピューレ ウスタソース、す コショウ、しお	675Kcal 24.8g
2 3 日 ・ 木	ぎゅうにゅう ごはん きつねうどん ふろふきだいこん はくさいのゆかりあえ	ぎゅうにゅう あぶらあげ やきかまぼこ しろみそ	にんじん ねぎ だいこん はくさい ゆかり	ごはん (冷) うどん さとう	しょうゆ さけ だしこんぶ だしかつお みりん	648Kcal 22.1g
2 4 日 ・ 金	ぎゅうにゅう ごはん さわらのさいきょうやき かきたまじる あおなのたいたん	ぎゅうにゅう さわら しろみそ たまご あぶらあげ	たまねぎ にんじん ねぎ こまつな	ごはん さとう	さけ みりん しょうゆ みりん だしかつお	678kcal 31.1g
2 7 日 ・ 月	ぎゅうにゅう ごはん ごまやきにく みずなのすましじる はりはりづけ	ぎゅうにゅう ぶたにく かまぼこ	たまねぎ キャベツ、ニンニク ねぎ、みずな にんじん きりぼしだいこん	ごはん サラダあぶら さとう いりごま	しょうゆ、みりん さけ、す コチュジャン だしこんぶ だしかつお	634Kal 25.8g
2 8 日 ・ 火	ぎゅうにゅう ごはん とうふハンバーグ いものこじる もやしとわかめのすのもの	ぎゅうにゅう とりミンチ とうふ、たまご <b>みそ(くみやみそ)</b> ほしわかめ	たまねぎ ねぎ、ショウガ しめじ しいたけ にんじん、モヤシ	ごはん パンこ さとう さといも かたくりこ	しょうゆ みりん だしかつお す	646Kcal 27.1g

- ★ 7日(火)、28日(火)のみそは久御山町で作られたみそです。
- ★ 9日(木)の「ねぎ」、14日(火)の「だいこん」、16日(木)の「ほうれんそう」は久御山町産です。
- ★ 17日(金)「にみそ」は、愛知県の郷土料理です。
- ★ 2月のおたんじょう給食は、15日(水)です。

