



# 2月 献立予定



久御山町学校給食研究会  
久御山町立久御山中学校

日・曜	こんだて	牛乳	赤のなかま 体をつくるものになる	黄のなかま エネルギーのものとなる	緑のなかま 体の調子をととのえる	その他
2月	こぎつね寿司	○	ちりめんじゃこ、油揚げ	ごはん、砂糖、ごま	にんじん	塩、濃口しょうゆ、酢
	大根のそぼろ煮		鶏ひき肉	サラダ油、砂糖、片栗粉	大根、しょうが	濃口しょうゆ、みりん、酒
	ゆばのすまし汁		ゆば		にんじん、青ねぎ	淡口しょうゆ、塩、だし昆布、だしかつお
3火	ごはん	○		ごはん		
	いわしのかば焼き風		いわし	片栗粉、サラダ油、砂糖	しょうが	濃口しょうゆ、みりん
	白菜と菊菜の和え物		かつお節	砂糖	春菊、白菜	濃口しょうゆ
	とうふとわかめのみそ汁		とうふ、わかめ 久御山みそ、中みそ		玉ねぎ、にんじん、青ねぎ	だしじゃこ
4水	バターうずまきパン	○		バターうずまきパン		
	とうふハンバーグ		豚ひき肉 鶏ひき肉、とうふ	砂糖、パン粉	玉ねぎ、しょうが	塩、濃口しょうゆ、洋風だしの素 ケチャップ、赤ワイン、ウスターソース
	添えキャベツ				キャベツ、にんじん	塩
	コンソメスープ			じゃがいも	にんじん、玉ねぎ、パセリ	洋風だしの素、塩、こしょう
5木	ごはん	○		ごはん		
	炒めビーフン		豚肉	ごま油、ビーフン	しょうが、玉ねぎ、ピーマン きくらげ、 <b>②キャベツ、にんじん</b>	オイスターソース、濃口しょうゆ 中華だしの素、塩、こしょう
	かき玉汁		卵	片栗粉	玉ねぎ <b>②にんじん、ほうれん草</b>	淡口しょうゆ、塩、酒、みりん、だしかつお
6金	ごはん	○		ごはん		
	厚揚げのみそ煮込み		豚肉、厚揚げ、中みそ	サラダ油、砂糖	玉ねぎ、にんじん、こんにゃく 干しいたけ、青ねぎ しょうが、にんにく	和風だしの素、酒、濃口しょうゆ
	白菜のゆかり和え				白菜	ゆかり、塩
9月	ごはん	○		ごはん		
	皿うどん		豚肉、かまぼこ	皿うどんめん、砂糖 サラダ油、ごま油、片栗粉	白菜、玉ねぎ、にんじん、しょうが チンゲンサイ、もやし、きくらげ	塩、こしょう、中華だしの素 濃口しょうゆ
	きゅうりのピリから浅漬け			砂糖、ごま油	きゅうり、にんにく	トウバンジャン、塩、酢
10火	ごはん	○		ごはん		
	鶏肉のレモン煮		鶏肉	片栗粉、サラダ油、砂糖		濃口しょうゆ、酒、みりん、レモン汁
	ひじきと大豆の煮物		ひじき、大豆、ちくわ	サラダ油、砂糖	三度豆	みりん、濃口しょうゆ、酒、和風だしの素
	大根のみそ汁		油揚げ、久御山みそ 中みそ		<b>②大根、にんじん、青ねぎ</b>	だしじゃこ
12木	キーマカレーライス	○	鶏ひき肉	麦ごはん、サラダ油 じゃがいも	にんにく、しょうが、玉ねぎ にんじん	カレールウ、カレー粉、ウスターソース 濃口しょうゆ、ケチャップ、赤ワイン チャツネ
	カリポリサラダ			サラダ油、砂糖	大根、にんじん、きゅうり	酢、塩、こしょう、濃口しょうゆ
13金	ごはん	○		ごはん		
	カマスの竜田揚げ		カマスの竜田揚げ	サラダ油		
	マカロニスープ		ウインナー	米粉マカロニ、サラダ油	にんじん、キャベツ	塩、こしょう、淡口しょうゆ 洋風だしの素
	米粉のガトーショコラ		豆乳	米粉、砂糖、サラダ油		ピュアココア、ベーキングパウダー

日・曜	こんだて	牛乳	赤のなかま 体をつくるものとなる	黄のなかま エネルギーのものとなる	緑のなかま 体の調子をととのえる	その他
16月	ごはん	○		ごはん		
	クッパ		豚肉、わかめ	サラダ油、ごま油	玉ねぎ、にんじん、ニラ 干しいたけ、にんにく	中華だしの素、淡口しょうゆ、塩 こしょう
	きゅうりともやしのごま酢和え			砂糖、ごま	きゅうり、にんじん、もやし	酢、淡口しょうゆ
17火	ごはん	○		ごはん		
	鶏肉の 守山ほたる葱ソース		鶏肉	砂糖、片栗粉	しょうが、大根、守山ほたる葱	濃口しょうゆ、みりん、酢
	パールブロッコリーのサラダ			砂糖、サラダ油	パールブロッコリー、キャベツ パールにんじん	濃口しょうゆ、塩、こしょう、レモン汁
	守山矢島かぶらと パール小松菜のみそ		油揚げ、中みそ		守山矢島かぶら パール小松菜、パールにんじん	だしじゃこ
18水	全粒粉パン	○		全粒粉パン		
	きな粉クリーム		豆乳、きな粉	砂糖		
	冬野菜のポトフ		ウインナー		玉ねぎ、②大根、にんじん	塩、こしょう、淡口しょうゆ 洋風だしの素
	ザワークラウト風			砂糖、サラダ油	きゅうり、玉ねぎ②キャベツ	酢、塩、こしょう、レモン汁
19木	ごはん	○		ごはん		
	鮭のちゃんちゃん焼き		鮭、中みそ	サラダ油、砂糖、片栗粉	しょうが、キャベツ、玉ねぎ にんじん、にんにく	濃口しょうゆ、酒、トウバンジャン
	どさんこ汁		豚肉、中みそ	じゃがいも、ごま油	にんじん、もやし、ホールコーン	淡口しょうゆ、だしじゃこ
20金	豚丼	○	豚肉	ごはん、サラダ油、砂糖 片栗粉	玉ねぎ、にんじん、青ねぎ しょうが	濃口しょうゆ、淡口しょうゆ、みりん 酒
	白菜の松前和え		切昆布	砂糖、ごま油	白菜、にんじん	淡口しょうゆ、酢
	えのきだけのすまし汁				えのきだけ、玉ねぎ、青ねぎ	淡口しょうゆ、塩、だしかつお、だし昆布
24火	ごはん	○		ごはん		
	プルコギ風		豚肉	砂糖、ごま油、サラダ油	にんにく、しょうが、玉ねぎ にんじん、ピーマン 干しいたけ	濃口しょうゆ、コチュジャン 中華だしの素
	わかめスープ		わかめ、とうふ		玉ねぎ	酒、塩、こしょう、淡口しょうゆ 中華だしの素
25水	小型パン	○		小型パン		
	きのこのクリームペンネ		ベーコン、牛乳	ペンネ、サラダ油、バター 小麦粉	玉ねぎ、しめじ、えのきだけ しいたけ、にんにく、パセリ	塩、こしょう、洋風だしの素
	グリーンサラダ			サラダ油	キャベツ、きゅうり	リンゴ酢、塩、こしょう
27金	ごはん	○		ごはん		
	高野豆腐の甘酢あんかけ		高野豆腐、鶏肉	砂糖、片栗粉、サラダ油	玉ねぎ、にんじん、干しいたけ 枝豆	淡口しょうゆ、塩、酒、酢、濃口しょうゆ 和風だしの素
	豚汁		豚肉、中みそ		にんじん ②大根、白菜、青ねぎ	だしじゃこ

※ 材料の仕入れ状況等により、献立内容を変更することがあります。②は久御山町産の食材です。(ごはんは久御山町産を使用しています。)