



2月 こんだてよていひょう



R7.2

長岡京市立長岡第六小学校

*牛乳1本(200ml)が毎日つきます。

日付	こんだてめい			おもなざいりょう						そのたの ちょうみりょう	
	しゅよく	ぎゅう にゅう	おかず	エネルギーのもとになる		からだをつくるもとになる		からだのちょうしをととのえる			
3 (月)			ヤンニョムチキン 花菜のごま和え 田舎風みそ汁	664 24.8	こめ あぶら ごま	でんぷん さとう	ぎゅうにゅう あつあげ ごま	とりにく しんしゅうみそ	しょうが はなな だいこん ごぼう	にんにく はくさい にんじん こまつな	しょうゆ ケチャップ しょうゆ
4 (火)			焼きコロッケ 野菜いっぱいスープ	667 21.4	バターパン あぶら パンこ	じゃがいも さとう	ぎゅうにゅう ぶたにく ベーコン	ぎゅうひきにく とうにゅう	たまねぎ キャベツ	にんじん	スープベースチキン しお こしょう ウスターソース
5 (水)			焼肉風炒め かきたま汁	577 22.4	こめ さとう ごま	あぶら ごまあぶら でんぷん	ぎゅうにゅう たまご わかめ	ぎゅうにく とうふ	ピーマン にんじん りんご	たまねぎ にんにく ねぎ	しお こしょう しょうゆ みりん す うすくちしょうゆ
6 (木)			焼き魚(鯖) 白菜のそぼろ汁	637 31	こめ でんぷん	さとう	ぎゅうにゅう だいず とりひきにく	あぶらあげ さば	にんじん しいたけ しょうが	ごぼう はくさい ねぎ	しょうゆ みりん うすくちしょうゆ さけ しお
7 (金)			関東煮 もやしのカレー味	601 22.5	こめ むぎ さとう	あぶら じゃがいも	ぎゅうにゅう わかめ とりにく	ちくわ あつあげ さつまあげ	こんにゃく だいこん	にんじん もやし	しょうゆ す しお こしょう カレーこ
10 (月)			かしのこはく揚げ かす汁	692 27.4	こめ あぶら	でんぷん さといも	ぎゅうにゅう ぶたにく しんしゅうみそ	とりにく あぶらあげ	しょうが だいこん	にんじん ねぎ	さけかす しょうゆ
12 (水)			大根と豚肉の煮つけ キャベツのつるつる炒め	581 19.2	こめ さとう マロニー	あぶら ごまあぶら	ぎゅうにゅう ベーコン	ぶたにく	にんにく だいこん こんにゃく キャベツ	しょうが にんじん グリーンピース にら	しょうゆ さけ しお こしょう
13 (木)			きびなごのチーズ揚げ ひじきのそぼろ煮 豆腐のみそ汁	588 24.3	こめ コーンスターチ あぶら	こむぎこ さとう	ぎゅうにゅう チーズ とりひきにく わかめ	たまご ひじき とうふ あかみそ	にんじん しょうが	えだまめ ねぎ	しょうゆ
14 (金)			ドライカレー 米粉のマカロニスープ	631 22.9	こめ むぎ	あぶら こめこまかろに	ぎゅうにゅう ひよこ豆	ぎゅうひきにく ベーコン	たまねぎ にんじん キャベツ パセリ	ピーマン にんにく コーン	カレーこ しお ウスターソース ケチャップ こしょう スープベースチキン
17 (月)			みそカツ丼 たぬき汁	683 29.2	こめ パンこ さとう ごま	こむぎこ あぶら ごまあぶら	ぎゅうにゅう とりにく あぶらあげ	たまご さつまあげ あかみそ	にんじん にんにく えのきだけ しょうが	キャベツ こんにゃく ねぎ	しお こしょう さけ しょうゆ うすくちしょうゆ
18 (火)			マカロニグラタン レンズ豆のスープ	725 30.3	こくとうパン あぶら こむぎこ	マカロニ バター	ぎゅうにゅう えび チーズ レンズまめ	とりにく スキムミルク ウィンナー	たまねぎ グリーンピース キャベツ	にんじん コーン パセリ	スープベースチキン しお こしょう
19 (水)			煮魚 白菜のゆかりあえ 卵とじ汁	607 26.3	こめ でんぷん	さとう	ぎゅうにゅう しらすぼし とうふ	さば たまご あかみそ	しょうが ほうれんそう	はくさい ねぎ	みりん さけ しょうゆ ゆかり しお うすくちしょうゆ
20 (木)			麻婆大根 青のりピーンズ ココアプリン	707 27	こめ げんまい でんぷん	あぶら ごまあぶら さとう	ぎゅうにゅう だいず スキムミルク	ぶたひきにく あおのり クリーム	しょうが だいこん にんじん しいたけ	にんにく たまねぎ たけのこ にら	しょうゆ さけ とうばんじゃん しお ココア
21 (金)			かしのすきやき煮 ツナとほうれん草の和え物	602 22.7	こめ むぎ ごま	じゃがいも ふ さとう	ぎゅうにゅう わかめ とりにく	ツナ やきどうふ	たまねぎ ねぎ もやし	はくさい ほうれんそう	しょうゆ
25 (火)			セルフサンド(ウイナー・キャベツ) ABCスープ	621 23.4	こがたパン テーブルロール マカロニ	さとう あぶら	ぎゅうにゅう きなこ	ウィンナー ベーコン	キャベツ にんじん パセリ	たまねぎ コーン	しお ケチャップ ウスターソース こしょう スープベースチキン
26 (水)			八宝菜 大豆のいそ煮	603 24.6	こめ あぶら	でんぷん さとう	ぎゅうにゅう やきかまぼこ ひじき	ぶたにく だいず	しょうが にんじん たけのこ はくさい	たまねぎ しいたけ もやし	しお しょうゆ
27 (木)			魚の甘酢ソースかけ キャベツのごま酢和え 豚汁	696 27.7	こめ でんぷん むぎ さとう	ごまあぶら ごま あぶら	ぎゅうにゅう ぶたにく しんしゅうみそ	つばす あぶらあげ	しょうが キャベツ もやし	ねぎ にんじん だいこん	さけ しょうゆ す
28 (金)			チキンカレー フルーツのヨーグルトあえ(みかん)	684 21.8	こめ あぶら バター	むぎ じゃがいも こむぎこ	ぎゅうにゅう とりにく こなチーズ	スキムミルク ヨーグルト	にんにく たまねぎ セロリー	つちしょうが にんじん みかんかん	しお こしょう 加こ ケチャップ トマトソース ウスターソース しょうゆ トマトソース しょうゆ トマトソース しょうゆ

給食食材

産地情報

*食材の入荷状況等都合により変更になる場合もありますのでご了承ください。

米 京都 麦 福井 玄米 北海道他	牛乳 京都他
-------------------------	--------

牛肉 北海道他 豚肉 鹿児島他 鶏肉 宮崎他 卵 京都	
--------------------------------------	--

さば 国産 きびなご 長崎 つばす 日本海	
長岡京市地元産 キャベツ 大根 ほうれん草 小松菜 白菜 ねぎ 花菜	

じゃがいも 北海道 玉ねぎ 北海道 にんじん 京都他 パセリ 静岡他 生姜 高知 ピーマン 高知 にんにく 青森 セロリー 静岡他	ごぼう 青森他 もやし 岐阜 グリーンピース 北海道 三度豆 鹿児島他 にら 高知 コーン 北海道
----------------------------------------------------------------------------------------	------------------------------------------------------------------

学校給食の主な食材の産地をお知らせします。
2月の主な食材の産地は以下のとおりです。(資料提供(財)京都府学校給食会)