

2月17日(月)		2月18日(火)		2月19日(水)		2月20日(木)		2月21日(金)	
小 577 kcal	中 703 kcal	小 592 kcal	中 732 kcal	小 545 kcal	中 742 kcal	小 654 kcal	中 802 kcal	小 609 kcal	中 713 kcal
ごはん 牛乳 鶏肉のみそだれかけ 白菜と菊菜のごまあえ 五目汁		☆牛丼 牛乳 冬野菜のみそ汁		ごはん 牛乳 きつねうどん ひじきの炒め煮		ごはん ふりかけ 牛乳 さわらの甘酢あんかけ 豆腐のみそ汁		味つけコッペパン 牛乳 豚肉のソース炒め ☆ABCスープ	
食材名	分量(g)	食材名	分量(g)	食材名	分量(g)	食材名	分量(g)	食材名	分量(g)
米	80 g	米	80 g	米	60 g	米	80 g	味付けパン	1こ
牛乳	1本	牛肉	50 g	牛乳	1本	ふりかけ	1袋	牛乳	1本
鶏肉		たまねぎ	50 g	うどん	70 g	牛乳	1本	豚肉	40 g
小学校 50g	1切	青ねぎ(八幡産)	10 g	油揚げ	15 g	さわら		たまねぎ	50 g
中学校 60g	1切	系こんにやく	10 g	濃口しょうゆ	2 g	小学校 50g	1切	にんじん	10 g
合わせみそ	3 g	濃口しょうゆ	7 g	さとう	2 g	中学校 60g	1切	しめじ	5 g
さとう	2 g	さとう	3 g	水	15 g	酒	1 g	サラダ油	0.5 g
酒	1.5 g	みりん	2 g	かまぼこ	10 g	濃口しょうゆ	1 g	塩	0.2 g
みりん	1 g	牛乳	1本	たまねぎ	15 g	片栗粉	3 g	こしょう	0.02 g
水	2 g	ほぐさい	25 g	にんじん	5 g	米粉	2 g	ジンジャーパウダー	0.02 g
はくさい	40 g	大根	20 g	青ねぎ(八幡産)	5 g	揚げ油	5 g	ガーリックパウダー	0.02 g
しゅんぎく	8 g	油揚げ	5 g	さとう	0.5 g	にんじん	5 g	トマトチップ	8 g
にんじん	10 g	にんじん	10 g	塩	0.2 g	たまねぎ	15 g	ウスターソース	3 g
濃口しょうゆ	3 g	青ねぎ(八幡産)	5 g	薄口しょうゆ	4 g	えのきたけ	3 g	さとう	0.5 g
さとう	1.5 g	八幡のみそ	9 g	けずりぶし	2 g	さとう	1 g	濃口しょうゆ	1 g
白すりごま	1 g	八幡の白みそ	3 g	水	80 g	濃口しょうゆ	2 g	ベーコン	10 g
豚肉	10 g	けずりぶし	2 g	干しひじき	3 g	酢	1 g	にんじん	10 g
土しよが	0.5 g	水	100 g	にんじん	7 g	けずりぶし	0.5 g	たまねぎ	30 g
にんじん	10 g			さつま揚げ	10 g	水	15 g	ABCマカロニ	5 g
たまねぎ	20 g			三度豆	5 g	片栗粉	0.5 g	塩	0.4 g
青ねぎ(八幡産)	5 g			サラダ油	0.5 g	豆腐	20 g	こしょう	0.03 g
太もやし	15 g			さとう	2.5 g	小松菜	10 g	薄口しょうゆ	2 g
薄口しょうゆ	3 g			濃口しょうゆ	5 g	油揚げ	5 g	チキンスープ	8 g
塩	0.4 g			けずりぶし	1 g	たまねぎ	20 g	水	100 g
こしょう	0.02 g			水	20 g	にんじん	10 g	パセリ(乾)	0.03 g
けずりぶし	2 g					八幡のみそ	9 g		
水	100 g					八幡の白みそ	3 g		
						けずりぶし	2 g		
						水	100 g		

ごはん部門での第1位は、「牛丼」でした。



うどんのうーやん (絵本) との
コラボ給食です。

作: 岡田 よしたか
出版社: ブロンズ新社

うどんのうーやん (絵本) との
コラボ給食です。



2月25日(火)		2月26日(水)		2月27日(木)		2月28日(金)		スープ部門での第1位は、「ABCスープ」でした。	
小 532 kcal	中 654 kcal	小 610 kcal	中 755 kcal	小 565 kcal	中 697 kcal	小 615 kcal	中 739 kcal		
ごはん 牛乳 肉団子のスープ ちくわと小松菜のあえもの		ごはん 牛乳 ☆まぐろのケチャップあえ 根菜汁		ごはん 牛乳 みそなべ もやしのナムル		ココア揚げパン 牛乳 ポトフ カラフルソテー			
食材名	分量(g)	食材名	分量(g)	食材名	分量(g)	食材名	分量(g)		
米	80 g	米	80 g	米	80 g	小型パン	1こ		
牛乳	1本	牛乳	1本	牛乳	1本	揚げ油	5 g		
豚ミンチ	30 g	まぐろ	50 g	はくさい	30 g	ココア	1 g		
鶏ミンチ	10 g	土しよが	1 g	大根	20 g	上白糖	10 g		
青ねぎ	2 g	酒	2 g	青ねぎ(八幡産)	10 g	牛乳	1本		
土しよが	0.5 g	米粉	2 g	えのき	10 g	ポーグブランク	25 g		
塩	0.1 g	片栗粉	6 g	にんじん	5 g	にんじん	10 g		
こしょう	0.02 g	じゃがいも	30 g	豚肉	20 g	たまねぎ	35 g		
酒	0.5 g	揚げ油	5 g	焼き豆腐	20 g	キャベツ	30 g		
濃口しょうゆ	1 g	さとう	2 g	油揚げ	10 g	じゃがいも	25 g		
片栗粉	3 g	トマトチップ	9 g	突きこんにやく	10 g	塩	0.5 g		
えのき	10 g	ウスターソース	2 g	さとう	1 g	こしょう	0.02 g		
にんじん	5 g	豚肉	10 g	みりん	2 g	チキンスープ	6 g		
はくさい	20 g	にんじん	10 g	合わせみそ	4 g	ローリエ	0.01 g		
薄口しょうゆ	3 g	ごぼう	10 g	赤みそ	8 g	水	50 g		
塩	0.3 g	板こんにやく	10 g	けずりぶし	2 g	ピッコロハム(チキン)	15 g		
こしょう	0.02 g	大根	20 g	水	40 g	ホールコーン	15 g		
けずりぶし	2 g	青ねぎ(八幡産)	5 g	ちくわ	10 g	むき枝豆	10 g		
水	100 g	塩	0.4 g	太もやし	30 g	にんじん	10 g		
ちくわ	10 g	薄口しょうゆ	3 g	小松菜	20 g	塩	0.1 g		
太もやし	30 g	けずりぶし	2 g	ごま油	0.3 g	こしょう	0.02 g		
小松菜	20 g	水	100 g	酢	2 g	サラダ油	1 g		
濃口しょうゆ	2 g			さとう	2 g				
さとう	0.5 g			濃口しょうゆ	3 g				

魚部門での第1位は、「まぐろのケチャップあえ」でした。



カカオの実



カカオの木

28日は、揚げパンにココアとさとうをまぶした「ココア揚げパン」です。ココアは、カカオ豆とよばれるカカオの実の種から作ります。カカオは、枝だけでなく、幹にも実がなるめずらしい木で、平均気温が27度以上の湿気の多いところで育ちます。赤道に近いブラジルやガーナ、コートジボアールなどの国で多く栽培されています。