



2がつ こんだてよてい



久御山町学校給食研究会
久御山町立佐山小学校

日・曜	こんだて	牛乳	赤のなかま からだ 体をつくるものになる	黄のなかま エネルギーのもとなる	緑のなかま からだ 体の調子をととのえる	その他
2月	こぎつねずし	○	ちりめんじゃこ あぶらあげ	ごはん、さとう、ごま	にんじん	しお、こいくちしょうゆ、す
	だいこんのそぼろに		とりひきにく	サラダあぶら、さとう かたくりこ	だいこん、しょうが	こいくちしょうゆ、みりん、さけ
	ゆばのすましじる		ゆば		にんじん、あおねぎ	うすくちしょうゆ、しお、だしこんぶ だしかつお
3火	ごはん	○		ごはん		
	いわしのかばやきふう		いわし	かたくりこ、サラダあぶら さとう	しょうが	こいくちしょうゆ、みりん
	はくさいときくなのあえもの		かつおぶし	さとう	しゅんぎく、はくさい	こいくちしょうゆ
	とうふとわかめのみそじる		とうふ、わかめ 久御山みそ、ちゅうみそ		たまねぎ、にんじん、あおねぎ	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		ぶたひきにく とりひきにく、とうふ	さとう、パンこ	たまねぎ、しょうが	しお、こいくちしょうゆ、ようふうだしのもと ケチャップ、あかワイン、ウスターソース
	そえキャベツ				キャベツ、にんじん	しお
	コンソメスープ			じゃがいも	にんじん、たまねぎ、パセリ	ようふうだしのもと、しお、こしょう
5木	ごはん	○		ごはん		
	いためビーフン		ぶたにく	ごまあぶら、ビーフン	しょうが、たまねぎ、ピーマン きくらげ、②キャベツ、にんじん	オイスターソース、こいくちしょうゆ ちゅうかだしのもと、しお、こしょう
	かきたまじる		たまご	かたくりこ	たまねぎ ②ほうれんそう、にんじん	うすくちしょうゆ、しお、さけ、みりん だしかつお
6金	ごはん	○		ごはん		
	あつあげのみそにこみ		ぶたにく、あつあげ ちゅうみそ	サラダあぶら、さとう	たまねぎ、にんじん、こんにゃく ほししいたけ、あおねぎ しょうが、にんにく	わふうだしのもと、さけ、こいくちしょうゆ
	はくさいのゆかりあえ				はくさい	ゆかり、しお
9月	ごはん	○		ごはん		
	さらうどん		ぶたにく、かまぼこ	さらうどんめん、さとう サラダあぶら、ごまあぶら かたくりこ	はくさい、たまねぎ、にんじん チンゲンサイ、もやし、きくらげ しょうが	しお、こしょう、ちゅうかだしのもと こいくちしょうゆ
	きゅうりのピリからあさづけ			さとう、ごまあぶら	きゅうり、にんにく	トウバンジャン、しお、す
10火	ごはん	○		ごはん		
	とりにくのレモンに		とりにく	かたくりこ、サラダあぶら さとう		こいくちしょうゆ、さけ、みりん レモンじる
	ひじきとだいずのもの		ひじき、だいず、ちくわ	サラダあぶら、さとう	さんどまめ	みりん、こいくちしょうゆ、さけ わふうだしのもと
	だいこんのみそじる		あぶらあげ 久御山みそ、ちゅうみそ		②だいこん、にんじん あおねぎ	だしじゃこ
12木	キーマカレーライス	○	とりひきにく	むぎごはん、サラダあぶら じゃがいも	にんにく、しょうが、たまねぎ にんじん	カレールウ、カレーこ、ウスターソース こいくちしょうゆ、ケチャップ あかワイン、チャツネ
	カリポリサラダ			サラダあぶら、さとう	だいこん、にんじん、きゅうり	す、しお、こしょう、こいくちしょうゆ
13金	ごはん	○		ごはん		
	カマスのたつたあげ		カマスのたつたあげ	サラダあぶら		
	マカロニスープ		ウインナー	こめこマカロニ サラダあぶら	にんじん、キャベツ	しお、こしょう、うすくちしょうゆ ようふうだしのもと
	こめこのガトーショコラ		とうにゅう	こめこ、さとう、サラダあぶら		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 からだ 体をつくるもとになる	黄のなかま エネルギーのもととなる	緑のなかま からだ 体の調子をととのえる	その他
16月	ごはん	○		ごはん		
	クッパ		ぶたにく、わかめ	サラダあぶら、ごまあぶら	たまねぎ、にんじん、ニラ ほしいたけ、にんにく	ちゅうかだしのもと、うすくちしょうゆ しお、こしょう
	きゅうりともやしのごまずあえ			さとう、ごま	きゅうり、にんじん、もやし	す、うすくちしょうゆ
17火	ごはん	○		ごはん		
	とりにくの もりやま 守山ほたる葱ソース		とりにく	さとう、かたくりこ	しょうが、だいこん もりやまほたるねぎ	こいくちしょうゆ、みりん、す
	パールブロッコリーのサラダ			さとう、サラダあぶら	パールブロッコリー、キャベツ パールにんじん	こいくちしょうゆ、しお、こしょう レモンじる
	もりやま 守山矢島かぶらと パール小松菜のみそしる		あぶらあげ、ちゅうみそ		もりやまやじまかぶら パールこまつな、パールにんじん	だしじゃこ
18水	ぜんりゅうふんパン	○		ぜんりゅうふんパン		
	きなこクリーム		とうにゅう、きなこ	さとう		
	ふゆやさいのポトフ		ウインナー		たまねぎ ㊟だいこん、にんじん	しお、こしょう、うすくちしょうゆ ようふうだしのもと
	ザワークラウトふう			さとう、サラダあぶら	きゅうり、たまねぎ ㊟キャベツ	す、しお、こしょう、レモンじる
19木	ごはん	○		ごはん		
	さけのちゃんちゃんやき		さけ、ちゅうみそ	サラダあぶら、さとう かたくりこ	しょうが、キャベツ、たまねぎ にんじん、にんにく	こいくちしょうゆ、さけ、トウバンジャン
	どさんこじる		ぶたにく、ちゅうみそ	じゃがいも、ごまあぶら	にんじん、もやし、ホールコーン	うすくちしょうゆ、だしじゃこ
20金	ぶたどん	○	ぶたにく	ごはん、サラダあぶら さとう、かたくりこ	たまねぎ、にんじん、あおねぎ しょうが	こいくちしょうゆ、うすくちしょうゆ みりん、さけ
	はくさいのまつまえあえ		きりこんぶ	さとう、ごまあぶら	はくさい、にんじん	うすくちしょうゆ、す
	えのきだけのすましじる				えのきだけ、たまねぎ、あおねぎ	うすくちしょうゆ、しお、だしかつお だしこんぶ
24火	ごはん	○		ごはん		
	プルコギふう		ぶたにく	さとう、ごまあぶら サラダあぶら	にんにく、しょうが、たまねぎ にんじん、ピーマン ほしいたけ	こいくちしょうゆ、コチュジャン ちゅうかだしのもと
	わかめスープ		わかめ、とうふ		たまねぎ	さけ、しお、こしょう、うすくちしょうゆ ちゅうかだしのもと
25水	こがたパン	○		こがたパン		
	きのこのクリームペンネ		ベーコン、ぎゅうにゅう	ペンネ、サラダあぶら バター、こむぎこ	たまねぎ、しめじ、えのきだけ しいたけ、にんにく、パセリ	しお、こしょう、ようふうだしのもと
	グリーンサラダ			サラダあぶら	キャベツ、きゅうり	リンゴす、しお、こしょう
26木	はくさいのどろどろあんかけごはん	○	ぶたひきにく	ごはん、サラダあぶら かたくりこ、ごまあぶら	はくさい、にんじん、あおねぎ しょうが、にんにく	うすくちしょうゆ、みりん ちゅうかだしのもと、しお
	さんどまめのごまあえ			さとう、ごま	さんどまめ、にんじん	こいくちしょうゆ
27金	ごはん	○		ごはん		
	こうやどうふのあまずあんかけ		こうやどうふ、とりにく	さとう、かたくりこ サラダあぶら	たまねぎ、にんじん ほしいたけ、えだまめ	うすくちしょうゆ、しお、さけ、す こいくちしょうゆ、わふうだしのもと
	ぶたじる		ぶたにく、ちゅうみそ		にんじん ㊟だいこん、はくさい あおねぎ	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。㊟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。)