



2月こんだてひょう

みえるところにはってね！

南丹市立八木学校給食共同調理場

日・曜日	こんだて	ざいりょう			えいようか	
		(あか)	(き)	(みどり)	エネルギー	たんぱく質
		ち・にく・ほねになる	ねつ・ちからのもになる	からだのちょうしをととのえる	kcal	g
3・月	ご飯 牛乳 筑前煮 冬野菜のあったか味噌汁 	ぎゅうにゅう ちくわ ★けずりぶし ★ぶたにく はなかつお あじつけのり とりにく	★ごはん あぶら こんにゃく さとう かたくりこ	★にんじん ★たけのこ れんこん ごぼう さんどまめ はくさい ★だいこん えのきたけ ★あおねぎ つちしょうが	700	29.1
4・火	<節分・レシピコンテスト献立> ご飯 牛乳 イワシのごま醤油かけ ♪すじゃまめ 白菜のみそ汁 	ぎゅうにゅう イワシ ★ぶたにく だいず あつあげ わかめ みそ にぼし ★けずりぶし	★ごはん かたくりこ ★こめこ あぶら さとう ごま じゃがいも	つちしょうが たまねぎ ★にんじん さんどまめ ★だいこん はくさい ★あおねぎ	836	30.0
5・水	味噌汁コッペパン 牛乳 ♪フランクのカレーあげ 三色炒め 野菜スープ 	ぎゅうにゅう フランク とりにく とうふ ★けずりぶし はなかつお	あじつけコッペパン あぶら てんぷらこ	コーン キャベツ ★にんじん もやし たまねぎ チンゲンサイ	877	30.1
6・木	<日本の味巡り=熊本県> 高菜チャーハン 牛乳 青菜の和え物 のっぺ汁 いちごゼリー 	ぎゅうにゅう ★ぶたにく ツナ かつおぶし ★けずりぶし やきとうふ はなかつお とりにく	★ごはん ごまあぶら あぶら ごま さとう さといも かたくりこ こんにゃく いちごゼリー	たかなづけ ★にんじん ★こまつな つちしょうが キャベツ ★だいこん ごぼう えのきたけ ★あおねぎ	738	25.9
7・金	ご飯 牛乳 五目豆腐 香味和え 	ぎゅうにゅう ★ぶたにく とうふ いかまぼこ	★ごはん あぶら さとう かたくりこ ごま ごまあぶら	たまねぎ つちしょうが ★にんじん チンゲンサイ ★みずな キャベツ	774	28.4
10・月	ご飯 牛乳 チリソース炒め ふわふわ卵スープ 	ぎゅうにゅう ★ぶたにく ハム たまご にぼし ★けずりぶし	★ごはん あぶら ごまあぶら かたくりこ	キャベツ たまねぎ ★にんじん チンゲンサイ にんにく ★あおねぎ	781	26.6
12・水	☆キムチチャーハン 牛乳 ☆揚げぎょうざ わかめスープ 	ぎゅうにゅう ★ぶたにく ぎょうざ かまぼこ わかめ はなかつお ★けずりぶし	★ごはん ごまあぶら あぶら	キムチ ★にんじん ★あおねぎ たまねぎ チンゲンサイ	797	23.9
13・木	麦ごはん 牛乳 チキンカレー ドレッシングサラダ 	ぎゅうにゅう とりにく ツナ	むぎごはん あぶら じゃがいも はちみつ バター こむぎこ さとう ごま こめこ	にんにく つちしょうが たまねぎ ★にんじん りんご キャベツ ★みずな	826	26.8

- ◎ 献立内容は気候などの都合により変更になる場合があります。
- ◎ ★印がついているのは、南丹市で栽培・製造された食材です。
- ◎ 魚は骨に気を付けて食べましょう。

- ◎ ♪は新メニューです。
- ◎ ☆は卒業生リクエストメニューです。

2月に使用する食材の産地をお知らせします

米・水菜・青ねぎ・小松菜・人参・大根・豆腐・上新粉・たけのこ・削り節(八木)豚肉(日吉)焼き豆腐(亀岡市)はたけしめじ(京丹波町)鶏肉・イワシ(京都府)鶏肉(宮崎県・兵庫県・鳥取県)玉ねぎ・じゃがいも(北海道)里芋(宮崎県・熊本県)土しょうが・にら(高知県)にんにく(青森県)ごぼう(北海道・栃木県)れんこん(徳島県)えのきたけ(長野県)里芋(大分県)白菜(滋賀県・愛知県)チンゲンサイ(静岡県)キャベツ(愛知県)ピチパプリカ・黄パプリカ(宮崎県)卵(島根県・鹿児島県)牛乳(京都府・大阪府・兵庫県・滋賀県・岡山県・長崎県・愛知県・三重県・北海道)アジ(長崎県)鯖(長崎県)鮭(北海道・三陸)

※収穫時期や市場の入荷状況等により変更することがあります。

アレルギー原因食品についてのお知らせ

毎月の献立表で食材をお知らせしていますが、使用する食品によっては、アレルギー原因食品が混入する可能性があります。例えば、「しらすぼし」や「ちりめんじゃこ」、「わかめ」、「魚肉練り製品」には、小さな「えび」「いか」「たこ」「かに」などが混入している場合があります。より安全・安心な給食のため今後とも各学校との相談・連携をお願いいたします。



2月こんだてひょう

みえるところにはってね！
南丹市立八木学校給食共同調理場

日・曜日	こんだて	ざいりょう			えいようか	
		(あか)	(き)	(みどり)	エネルギー	たんぱく質
		ち・にく・ほねになる	ねつ・ちからのもとになる	からだのちょうしをととのえる	kcal	g
14・金	<食育の日献立> ご飯 牛乳 ☆アジの唐揚げ 青梗菜と焼豚のソテー 大堰川鍋 	ぎゅうにゅう アジ やきぶた さつまあげ みそ ★けずりぶし にぼし	★ごはん ★こめこ あぶら さけかす	★にんじん ★たけのこ キャベツ チンゲンサイ ★だいこん はくさい ★あおねぎ	716	28.3
17・月	ご飯 牛乳 変わり肉じゃが 土佐酢和え 	ぎゅうにゅう ★ぶたにく かつおぶし	★ごはん あぶら じゃがいも こんにゃく さとう ごま	にんにく たまねぎ さんどまめ ★にんじん ★みずな キャベツ	760	23.5
18・火	麦ご飯 牛乳 丹波の里井 ☆みそワントンスープ 	ぎゅうにゅう ★ぶたにく あぶらあげ みそ にぼし ★けずりぶし	おぎごはん あぶら こんにゃく さとう ワンタン	★にんじん たまねぎ はたけしめじ ★こまつな はくさい ★だいこん ★あおねぎ	933	28.0
19・水	全粒粉パン 牛乳 ☆煮込みハンバーグ ☆フライドポテト 具だくさんスープ 	ぎゅうにゅう ハム とうふ ★けずりぶし はなかつお ハンバーグ	ぜんりゅうふんパン さとう ポテト あぶら	たまねぎ コーン もやし ★にんじん チンゲンサイ	757	31.6
20・木	<お誕生月献立> ☆カラフルピラフ 牛乳 ブロッコリーサラダ ☆豆乳コーンスープ	ぎゅうにゅう とりにく ツナ とうにゅう	★ごはん あぶら すりごま さとう じゃがいも かたくりこ	パプリカ ★にんじん さんどまめ たまねぎ キャベツ ブロッコリー コーン パセリ	710	23.5
ラ・フランスゼリー スイートポテト ブルーベリータルトから ひとつ選びます。						
21・金	ご飯 牛乳 サケのハーブ焼き ☆ごぼうサラダ ☆ABCスープ 	ぎゅうにゅう サケ ささみ ハム ★けずりぶし はなかつお	★ごはん ごま オリーブオイル ABCマカロニ	★みずな ごぼう レモン ★にんじん コーン キャベツ たまねぎ	727	32.7
25・火	ご飯 牛乳 ☆鯖のみそ煮 わかめの和風サラダ うすくず汁 	ぎゅうにゅう サバ みそ わかめ かつおぶし もめんどうふ はなかつお ★けずりぶし	★ごはん さとう あぶら かたくりこ	つちしょうが キャベツ ★にんじん ★みずな たまねぎ ★あおねぎ	716	30.0
26・水	ご飯 牛乳 ☆米っこ唐揚げ ごま和え 油揚げのみそ汁 	ぎゅうにゅう とりにく あぶらあげ とうふ みそ にぼし ★けずりぶし	★ごはん さとう ごまあぶら ★こめこ かたくりこ あぶら ごま	つちしょうが にんにく はくさい ★こまつな ★にんじん ★だいこん もやし ★あおねぎ	879	35.1
27・木	ご飯 牛乳 豚肉の甘辛炒め 大根のみそ汁 	ぎゅうにゅう ★ぶたにく わかめ みそ にぼし ★けずりぶし	★ごはん あぶら さとう かたくりこ おつゆふ	★にんじん キャベツ たまねぎ チンゲンサイ つちしょうが ★だいこん はくさい ★あおねぎ ★たけのこ	712	22.7
28・金	ご飯 牛乳 ☆酢豚 中華スープ 	ぎゅうにゅう ★ぶたにく とりにく ★けずりぶし はなかつお	★ごはん かたくりこ あぶら さとう ごまあぶら	つちしょうが たまねぎ ★にんじん ★たけのこ さんどまめ キャベツ にら コーン	734	28.4

◎ 献立内容は気候などの都合により変更になる場合があります。

◎ ★印がついているのは、南丹市で栽培・製造された食材です。

◎ ☆は卒業生リクエストメニューです。

◎ 魚は骨に気を付けて食べましょう。