

2月の献立表

建国幼・小・中・高等学校

日付	献立	主な材料名
2日(月)	ポークチャップ 大根とさつま揚げの煮物 フライビーンズ 白菜のミルクスープ	豚肉 玉ねぎ マッシュルーム缶 ピーマン パプリカ(黄) キャベツ 大根 さつま揚げ 水煮大豆 白ごま 白菜 じゃが芋 人参 (冷)コーン パター 普通牛乳
3日(火)	二色鶏天 五目ひじき煮 ほうれん草のおかか和え 味噌汁	鶏もも肉 青のり粉 黒ごま 小麦粉 卵 キャベツ ひじき 人参 つきこんにやく(国) うす揚げ 金平れんこん ほうれん草 (冷)コーン 花かつお 玉ねぎ おつゆ麩 青ねぎ
4日(水)	ハンバーグ ベーコンと水菜のスパゲティ もやしの磯和え かき玉味噌汁	牛ミンチ 豚ミンチ 玉ねぎ 卵 パン粉 キャベツ スパゲティ ベーコン 水菜 太もやし 人参 刻みのり 卵 青ねぎ
5日(木)	ハヤシライス コーンサラダ	牛肉 玉ねぎ マッシュルーム缶 じゃが芋 人参 ハヤシルウ キャベツ (冷)コーン 胡瓜 わかめ(国)
6日(金)	キムチチゲ れんこんはさみフライ	豚肉 白菜 玉ねぎ にら 大根 えのき茸 豆腐 キムチ 金平れんこん 鶏ももミンチ 玉ねぎ 土生姜 卵 小麦粉 卵 パン粉 白ごま
7日(土)	豚汁風うどん ひじきごはん	細うどん 豚肉 大根 人参 (冷)ごぼう うす揚げ つきこんにやく(国) 青ねぎ 出し昆布 鶏もも肉 ひじき 人参 金平れんこん えのき茸
9日(月)	十六穀米 鯖の塩焼き 高野豆腐とちくわの含め煮 小松菜のそぼろ炒め 和風ポトフ キムチ	十六穀米 塩さば 大葉 高野豆腐 煮込みちくわ 人参 豚ミンチ 小松菜 パプリカ(黄) ベーコン 大根 玉ねぎ 本しめじ キムチ
10日(火)	揚げ鶏の酢豚風 キャベツのカレー炒め 大根のツナ和え 味噌汁	鶏もも肉 片栗粉 玉ねぎ 人参 水煮たけのこ 干しいたけ ピーマン パプリカ(黄) キャベツ カレー粉 大根 胡瓜 ツナフレーク えのき茸 うす揚げ 青ねぎ
12日(木)	豚じゃが バターコーン 白菜のじゃこぼんず 味噌汁 キムチ	豚肉 じゃが芋 玉ねぎ 人参 糸こんにやく(国) (冷)グリンピース (冷)コーン 人参 バター 白菜 ちりめんじゃこ 豆腐 おつゆ麩 青ねぎ キムチ
13日(金)	《パン給食》 パン クリームシチュー 一口カツ りんごジュース	バターロール 鶏もも肉 じゃが芋 玉ねぎ 人参 (冷)グリンピース 普通牛乳 クリームシチュールー 豚ロースカツ肉 (冷)れんこん 小麦粉 卵 パン粉 キャベツ りんごジュース
16日(月)	《旧正月献立》 トック 鶏肉のジョン おにぎり	鶏もも肉 大根 人参 干しいたけ 青ねぎ トック もみのり 卵 鶏むね肉 小麦粉 卵 キャベツ 白ごま
18日(水)	ピビンパ ちくわの磯辺揚げ わかめスープ キムチ	牛ミンチ 豚ミンチ 水煮ぜんまい ほうれん草 人参 大根 胡瓜 豆もやし 卵 煮込みちくわ 小麦粉 卵 青のり粉 わかめ(国) 青ねぎ 白ごま キムチ
19日(木)	鶏の唐揚げ 金平ごぼう 和風ポテトサラダ 味噌汁	鶏もも肉 にんにく 土生姜 卵 小麦粉 キャベツ ごぼう(国) 人参 白ごま じゃが芋 胡瓜 卵 花かつお 玉ねぎ おつゆ麩 青ねぎ
20日(金)	カレーコロケ 白菜とベーコンのコンソメ煮 蒸し鶏と春雨の中華和え 味噌汁	牛ミンチ 豚ミンチ じゃが芋 玉ねぎ 小麦粉 卵 パン粉 カレー粉 キャベツ 白菜 ベーコン 人参 春雨 鶏むね肉 胡瓜 きくらげ 太もやし うす揚げ 青ねぎ
21日(土)	あんかけ鶏うどん いかの唐揚げ ゆかりおにぎり	細うどん 卵 鶏もも肉 青ねぎ 出し昆布 土生姜 片栗粉 ロールイカ にんにく 片栗粉 フライドポテト ゆかり粉
24日(火)	肉団子の甘酢あん こんにやくとれんこんのピリ辛炒め 大根のナムル 味噌汁	豚ミンチ 玉ねぎ 卵 パン粉 玉ねぎ 人参 テンゲン菜 水煮たけのこ きくらげ 片栗粉 つきこんにやく(国) 金平れんこん 大根 人参 白ごま キャベツ おつゆ麩 青ねぎ
25日(水)	他人丼 豆腐サラダ さつまいも汁	牛肉 玉ねぎ 青ねぎ 卵 豆腐 キャベツ わかめ(国) 人参 さつま芋 大根 人参 つきこんにやく(国) うす揚げ 青ねぎ
26日(木)	キムチロールカツ 味噌田楽 れんこんの炒めマリネ オニオンスープ	豚ロース薄切り キムチ 小麦粉 卵 パン粉 キャベツ 大根 煮込みちくわ 人参 白ごま 金平れんこん ピーマン 玉ねぎ わかめ
27日(金)	担々麺 大学芋 おかかおにぎり	中華そば 豚ミンチ にんにく 土生姜 太もやし 青ねぎ さつま芋 はちみつ 黒ごま 花かつお

都合により献立が変更になる場合があります。

こども園	麻婆丼 茹で豚のごまドレ和え すまし汁	豆腐 豚ミンチ 玉ねぎ 青ねぎ 片栗粉 八丁味噌 豚肉 キャベツ 太もやし 胡瓜 人参 そうめん 花麩 とろろ昆布
こども園	あんかけチャーハン 白身魚のフライ スープ	卵 玉ねぎ 青ねぎ むきえび 玉ねぎ テンゲン菜 人参 干しいたけ 片栗粉 骨なしたら 小麦粉 卵 パン粉 フライドポテト 豆腐 本しめじ
こども園	28日(土) たらちのキムチスープ 野菜の天ぷら	骨なしたら 白菜 玉ねぎ にら 大根 えのき茸 キムチ かぼちゃ (冷)れんこん ピーマン 小麦粉 卵

	エネルギー	たんぱく質	脂質	カルシウム	鉄	ビタミンA (レチノール当量)	ビタミンB1	ビタミンB2	ビタミンC	食物繊維	ナトリウム (食塩相当量)
	kcal	g	g	mg	mg	μgRAE	mg	mg	mg	g	g
学校給食摂取基準 ※	650	22.0 (13~20%)	18.0 (20~30%)	200	3.0	200	0.4	0.4	25	4.5以上	2未満

※小学生(4年生)
一人1回当たり