

学校給食こんだて表



令和6年2月



小竹町立学校給食共同調理場

| 日付 曜日 | 献立名 ●=主食 ○=おかずなど | 牛乳 | 使われている食品と体内での主な働き | | | | | | エネルギー (kcal) |
|-----------|--|----|--|------------------------------|---------------------------|--|--|-------------------------|-----------------|
| | | | 主に体をつくるもとになる | | 主に体の調子を整えるもとになる | | 主にエネルギーのもとになる | | |
| | | | あか | みどり | き | | | | |
| 1 (木) | ●ライむぎコッペパン ○クラムチャウダー ○やさいとウインナーのソテー ○オレンジ(1/4カット) | ☆ | とりにく ベーコン あさり ウインナー | ぎゅうにゅう クリーム チーズ | にんじん あおピーマン | たまねぎ キャベツ マッシュルーム グリーンピース もやし ｶｽﾞ | ライむぎパン じゃがいも はくりきこ | バター あぶら オリーブゆ | 623 |
| 2 (金) | *せつぶんのこんだて* ●いろどりだいずごはん ○ししゃもいそのかおりフライ(1ぴき) ○あますあえ ○ぶたじる | ☆ | だいず とりにく あぶらあげ ぶたにく とうふ みそ | ぎゅうにゅう こんぶ ししゃも わかめ | にんじん | えだまめ キャベツ きゅうり だいこん ごぼう はくさい こんにゃく | こめ さとう さといも | あぶら | 593 |
| 5 (月) | ●○かんぱちそぼろどん(むぎごはん) ○いんげんのツナマヨあえ ○こんさいつくねのすましじる | ☆ | とりにく かんぱち ツナ つくね かまぼこ | ぎゅうにゅう わかめ | いんげん にんじん ほうれんそう ねぎ | しょうが えだまめ キャベツ | こめ むぎ きょうかまい さとう | あぶら ﾌｻﾞｸﾞ ㊜ | 641 |
| 6 (火) | ●ワンローフパン ○くろめきなこクリーム ○チップスサラダ ○ポークビーンズ | ☆ | ツナ だいず ぶたにく ベーコン | ぎゅうにゅう | ブロッコリー にんじん トマト | キャベツ コーン たまねぎ にんにく | パン さとう じゃがいも こくとう | きなこｸﾘｰﾑ あぶら オリーブゆ | 619 |
| 7 (水) | *せかいのりょうり(ちゅうごく)* ●むぎごはん ○ユーリンチー ○パンサンスー ○ユイミータン | ☆ | とりにく ハム やきぶた たまご | ぎゅうにゅう | にんじん なら | しらねぎ にんにく しょうが もやし きゅうり コーン きくらげ | こめ むぎ きょうかまい でんぶん さとう はるさめ | あぶら ごまあぶら | 641 |
| 8 (木) | *きょうどりょうり(ほっかいどう)* ●キャロットパン ○はこだてふうしおラーメン ○チーズいりやさいサラダ | ☆ | ぶたにく やきぶた なると | ぎゅうにゅう チーズ | にんじん ブロッコリー | にんにく しょうが たまねぎ キャベツ もやし しらねぎ きゅうり コーン | パン ちゃんぽん さとう | あぶら | 597 |
| 9 (金) | ●ごはん ○いわしのしょうがに ○きりほしとうめこん ○ぶたにくとじゃがいものにももの | ☆ | いわし ツナ ぶたにく | ぎゅうにゅう しおこんぶ | にんじん いんげん | きゅうり きりほし うめ たまねぎ しらたき | こめ さとう じゃがいも きょうかまい | ごまあぶら あぶら | 683 |
| 13 (火) | *バレンタインこんだて* ●しよくパン ○チョコブラック&ホワイト ○ハートのハンバーグ ケチャップソース ○ポテトベーコンソテー ○こまつなのスープ | ☆ | ハンバーグ ベーコン とりにく ウインナー | ぎゅうにゅう | トマト にんじん こまつな | たまねぎ | パン チョコ さとう じゃがいも | あぶら | 621 |
| 14 (水) | ●むぎごはん ○とりすきやき ○のりマヨあえ | ☆ | とりにく とうふ ツナ | ぎゅうにゅう のり | しゆんぎく こまつな にんじん | たまねぎ はくさい しらねぎ しらたき もやし キャベツ | こめ むぎ きょうかまい さとう | あぶら ﾌｻﾞｸﾞ ㊜ | 633 |
| 15 (木) | ●パンパン ○レバーとじゃがいものあげに ○ハムとだいこんのサラダ ○やさいスープ | ☆ | レバー ハム とりにく ウインナー | ぎゅうにゅう | にんじん ほうれんそう | だいこん きゅうり コーン たまねぎ | パンパン じゃがいも さとう | あぶら | 616 |
| 16 (金) | ●ごはん ○ジャージャンどうふ ○もやしのナムル | ☆ | ぶたにく あつあげ みそ | ぎゅうにゅう | にんじん ほうれんそう | にんにく しょうが たまねぎ しらねぎ たけのこ しいたけ もやし | こめ さとう きょうかまい でんぶん | あぶら ごまあぶら | 644 |
| 19 (月) | ●むぎごはん ○サーモンチーズフライ ○おかかあえ ○ごじる | ☆ | サーモン かつおぶし とりにく とうふ だいず みそ | ぎゅうにゅう | ほうれんそう にんじん | キャベツ だいこん ごぼう しらねぎ | こめ むぎ きょうかまい さとう さといも | あぶら | 617 |
| 20 (火) | ●○てりやきバーガー (かしわがたパン・てりやきチキンパティ・ サラダ) ○ポトフふうスープ ○ミルクコーヒー | ☆ | ｷﾝﾊﾟﾃີ とりにく ウインナー | ぎゅうにゅう | にんじん | キャベツ きゅうり たまねぎ しめじ | パン じゃがいも ミルク | ﾌｻﾞｸﾞ ㊜ | 601 |
| 21 (水) | ●○ハヤシライス(むぎごはん) ○マセドアンサラダ | ☆ | ぎゅうにく ハム | ぎゅうにゅう チーズ | にんじん トマト | たまねぎ きゅうり マッシュルーム グリーンピース | こめ むぎ きょうかまい じゃがいも | ｸﾞｰﾌﾞ ｱﾌﾞﾗ ﾌｻﾞｸﾞ ㊜ | 625 |
| 22 (木) | ●しよくパン ○ピーナッツバター ○トマトオムレツ ○スパゲティサラダ ○とうにゅうスープ | ☆ | オムレツ ハム とうにゅう ベーコン いんげんまめ | ぎゅうにゅう | にんじん | たまねぎ きゅうり コーン | パン スパゲティ さとう じゃがいも | ﾋｰﾅｯﾂｸﾘｰﾑ ﾌｻﾞｸﾞ ㊜ | 646 |
| 26 (月) | ●むぎごはん ○ぶたにくのしょうがいため ○だいこんのみそじる ○なっとう | ☆ | ぶたにく とうふ みそ あぶらあげ なっとう | ぎゅうにゅう わかめ | にんじん チンゲンサイ ねぎ | しょうが たまねぎ だいこん エノキ | こめ むぎ きょうかまい さとう | あぶら | 653 |
| 27 (火) | ●ワンローフパン ○いちごジャム ○あげはるまき ○こまつなのソテー ○ふゆやさいのスープ | ☆ | ベーコン とりにく ウインナー | ぎゅうにゅう | こまつな にんじん | もやし コーン たまねぎ はくさい だいこん しめじ | パン いちごジャム はるまき | あぶら | 635 |
| 28 (水) | ●むぎごはん ○こうやどうふのうまに ○しそひじきあえ | ☆ | ミンチ でんぶん こうやどうふ | ぎゅうにゅう ひじき | にんじん いんげん ほうれんそう | たまねぎ たけのこ しいたけ もやし キャベツ | こめ むぎ きょうかまい じゃがいも さとう | オリーブゆ | 606 |
| 29 (木) | ●こくとうパン ○トマトとツナのパゲティ ○ひよこまめのサラダ | ☆ | ツナ だいず ひよこまめ ツナ | ぎゅうにゅう チーズ | にんじん ほうれんそう トマト | たまねぎ にんにく コーン きゅうり キャベツ | パン スパゲティ さとう | オリーブゆ ﾌｻﾞｸﾞ ㊜ | 602 |

※こんだてや材料は、入荷状況などの都合で変更することがあります。