

令和6年2月 給食献立表



寒さに負けず元気に過ごしましょう

暦の上では春が近づいていますが、まだまだ寒いこの頃です。
2月には節分があります、節分には季節を分けるという意味があります。季節の変わり目には
体調を崩しやすいので、気をつけるという意味もあります。毎日の食事では栄養のあるものを食べ
て寒さを乗り切りましょう。



日	曜日	献立名	3時のおやつ	肉の仲間 (熱や力になるもの)	魚の仲間 (血や肉になるもの)	緑の仲間 (体の調子を整えるもの)	献立名	肉の仲間 (熱や力になるもの)	魚の仲間 (血や肉になるもの)	緑の仲間 (体の調子を整えるもの)
1	木	味噌おでん おかか和え 果物 ★ご飯	牛乳 マドレーヌ	米 さいとも 砂糖 コーン 小麦粉 パター	鶏肉 竹輪 卵 厚揚げ ごんぶ みそ かつお節 牛乳	だいこん 人参 キャベツ もやし ネーブル	ツナじゃが のり和え みそ汁 ★ご飯	米 じゃがいも しらす 肉 三温糖	ツナのり わかめ 牛乳 漬揚げ いりこ みそ	玉葱 人参 さやいんげん ごまつな キャベツ もやし えのきたけ 西洋かぼちゃ
2	金	※節分※ 煮魚 ひじきの和風サラダ みそ汁 ★ご飯	牛乳 卵ボーロ	米 砂糖 ごま パター じゃがいも 卵ボーロ	煮魚 鶏肉 ひじき 油揚げ いりこ みそ 牛乳	しょうが 人参 きゅうり ねぎ	チキンビーンズ ごぼうサラダ ★ご飯	米 じゃがいも 三温糖 たらちろこし缶 マヨネーズ	鶏肉 大豆 かつお節 ツナ缶 スキムミルク きな粉	玉葱 人参 ごぼう
3	土	きつねうどん 五目豆 ★ご飯	牛乳 バナナ パウムクーヘン	うどん 砂糖 パウムクーヘン 米	油揚げ 生肉 いりこ 大豆 ごんぶ 高野豆腐 牛乳	人参 ねぎ ごぼう パナナ	豆乳シチュー 温野菜サラダ ★ご飯	米 じゃがいも 三温糖 たらちろこし缶 小麦粉 油	鶏肉 豆乳	玉葱 人参 グリンピース カリフラワー ブロッコリー ネーブル ピーマン
5	月	冬野菜のカレー はりはり漬け 果物 ★ご飯	お茶 ごろし	米 じゃがいも 小麦粉 バター はちみつ 砂糖 うどん	鶏肉 牛乳 ひじき 油揚げ きな粉	玉葱 人参 しじりんに にんにく 切干大根 ブロッコリー カリフラワー	豆腐とツナの 小判焼き せん切り野菜 春雨スープ ★ご飯	米 たらちろこし缶 油 パン粉 春雨	ベーコン しらす干し 豆腐 ツナ缶 スキムミルク 卵 いりこ	ごまつな 人参 玉葱 だいこん キャベツ きらげ はさい
6	火	魚のコーンクリーム焼き れんこんのきんぴら 豆乳汁 ★ご飯	牛乳 ジャムサンド	米 コーン マヨネーズ 油 砂糖 ごま パン ジャム	ホキチーズ みそ 豆乳 豆腐 いりこ 牛乳	玉葱 れんこん 人参 いんげん 干し椎茸 ごまつな	みそおでん ツナとわかめの和え物 ★ご飯	米 こんにやく さいとも 油 三温糖	鶏肉 厚揚げ 卵 竹輪 みそ わかめ ツナ缶	人参 だいこん はくさい
7	水	すきやき かきたま汁 果物 ★ご飯	牛乳 じゃこおやき	米 しらす 油 砂糖 でんぶん 小麦粉	牛肉 豆腐 卵 かつお節 牛乳 しらす干し スキムミルク	はくさい ねぎ 人参 生しいたけ ほうれんそう みかん キャベツ	竹輪のカレー風味揚げ 大根と水菜のサラダ ★ご飯	米 小麦粉 でんぶん 油 ごま 三温糖 ごま油	竹輪	だいこん みずな
8	木	厚揚げの中華煮 春雨スープ 果物 ★ご飯	牛乳 黒糖蒸しパン	米 砂糖 油 ごま油 春雨 小麦粉 黒糖	厚揚げ 豚肉 ベーコン いりこ 牛乳	人参 玉葱 いんげん なげのこ キャベツ 干し椎茸 ネーブル レーズン	オムレツ もやしと小松菜のソテー クリームチャウダー ★ご飯	米 油 たらちろこし缶 じゃがいも	卵 ベーコン あさり缶 鶏肉 豆乳 牛乳 生クリーム	サラダ 鶏しめじ 人参 玉葱 もやし ごまつな パセリ
9	金	魚の竜田揚げ ひじきの炒め煮 みそ汁 ★ご飯	牛乳 小松菜とバナナの パウンド	米 でんぶん 油 じゃがいも 砂糖 小麦粉	あじ ひじき 油揚げ 卵 わかめ いりこ みそ 牛乳	しょうが 人参 はくさい なげのこ ごまつな バナナ レーズン	雑菜 すまし汁 ★ご飯	米 油 春雨 三温糖	鶏肉 卵 はんぺん ごんぶ かつお節	もやし ほうれんそう 人参 干し椎茸 ごまつな
10	土	スパゲティミートソース 野菜スープ ★ご飯	牛乳 ネーブル 丸ボーロ	スパゲッティ 油 小麦粉 じゃがいも 丸ボーロ 米	牛肉 豚肉 チーズ ごんぶ かつお節 牛乳	人参 玉葱 ビーマン ネーブル	じゃがいもそぼろ煮 おかか和え ★ご飯	米 じゃがいも 油 三温糖	鶏肉 かつお節	玉葱 人参 さやいんげん はくさい ほうれんそう
13	火	魚のみそ煮 磯和え 村雲汁 ★ご飯	牛乳 バナナココア 蒸しパン	米 砂糖 ごま でんぶん 小麦粉	まわりみそ かまぼこ のり 豆腐 卵 わかめ いりこ 牛乳 スキムミルク	しょうが キャベツ きゅうり えのきたけ 人参 パナナ	チリコンカン わかめサラダ ★ご飯	米 油 ごま 三温糖	いんげんまめ 豚肉 わかめ	玉葱 人参 しめじ トマト缶 キャベツ きゅうり
14	水	豚肉の生姜焼き せん切りキャベツ さつま汁 ★ご飯	お茶 芽ぜんざい	米 油 さつまいも 砂糖 いりこ	豚肉 鶏肉 油揚げ みそ いりこ あずき	玉葱 しょうが キャベツ ごぼう 人参 だいこん ねぎ	肉うどん ごまマヨネーズ和え ★ご飯	うどん 三温糖 ごま 米 マヨネーズ	牛肉 いりこ 竹輪	玉葱 人参 ねぎ キャベツ きゅうり
15	木	豆乳シチュー 鉄分たっぷりサラダ 果物 ★食パン	お茶 ご飯お焼き	パン じゃがいも コーン 小麦粉 油 砂糖 米 ごま油	鶏肉 豆乳 チーズ ひじき ハム かつお節	玉葱 人参 グリンピース ほうれんそう ネーブル パセリ	すきやき 大根と人参の酢の物 ★ご飯	米 しらす 油 三温糖	牛肉 豆腐 しらす干し	はくさい ねぎ 人参 生しいたけ だいこん
16	金	カレー麻婆 拌三条 果物 ★ご飯	牛乳 チーズ焼き	米 コーン 油 でんぶん 春雨 三温糖 ごま油 じゃがいも	高野豆腐 牛肉 豚肉 ハム 卵 牛乳 ベーコン チーズ	玉葱 ビーマン 人参 にんにく きゅうり りんご パセリ	鶏肉の香味焼き コールスロー ミネストローネ ★ご飯	米 ごま油 マカロニ マヨネーズ たらちろこし缶 油 三温糖 じゃがいも	鶏肉 みそ ヨーグルト ベーコン	にんにく キャベツ きゅうり 人参 玉葱 せり パセリ
17	土	みそ煮こみうどん ごまマヨネーズ和え ★ご飯	牛乳 バナナ カステラ	うどん さいとも ごま マヨネーズ カステラ 米	豚肉 油揚げ わかめ みそ いりこ 竹輪 牛乳	人参 ごぼう はくさい キャベツ パナナ	魚のかば焼き 昆布豆 けんちん汁 ★ご飯	米 小麦粉 油 三温糖 こんにやく	さけら 大豆 ごんぶ 鶏肉 油揚げ 豆腐 いりこ	人参 ごぼう ごまつな
19	月	厚焼き卵 あつさり納豆 五目汁 ★ご飯	牛乳 クレープ	米 油 砂糖 さつまいも 小麦粉 パター いちごジャム	卵 スキムミルク ツナ 納豆 油揚げ いりこ みそ 牛乳 豆乳	ねぎ もやし 人参 しそ だいこん	カレー ヨーグルトサラダ ★ご飯	米 じゃがいも 油 小麦粉 パター はちみつ マヨネーズ	牛肉 牛乳 ハムヨーグルト	玉葱 人参 グリンピース りんご にんにく ブロッコリー キャベツ
20	火	はんぺんフライ ポテトサラダ 豆乳スープ ★ご飯	牛乳 りんごケーキ	米 小麦粉 パン粉 油 じゃがいも コーン 砂糖 卵 米 でんぶん	はんぺん 卵 ベーコン かつお節 豆乳 牛乳	きゅうり 人参 玉葱 しめじ はくさい りんご	魚のケチャップ煮 磯和え たまごスープ ★ご飯	米 三温糖 ごま でんぶん	さけら 卵 わかめ いりこ	しょうが ほうれんそう もやし えのきたけ
21	水	※誕生会※ 牛じゃこライス 豆腐ハンバーグ 温野菜サラダ コーンスープ	牛乳 フルーツケーキ	米 油 砂糖 でんぶん コーン カステラ	牛肉 しらす干し 豆腐 鶏肉 ひじき 卵 ベーコン 牛乳 生クリーム	人参 玉葱 カリフラワー ブロッコリー パセリ もも パイナップル	スパゲティミートソース きのこスープ ★ご飯	スパゲッティ 油 小麦粉 米	牛肉 豚肉 チーズ ベーコン	人参 玉葱 ビーマン えのきたけ
22	木	ハヤシシチュー 大根サラダ 果物 ★ご飯	牛乳 のりじゃこトースト	米 じゃがいも 油 小麦粉 パター ごま 砂糖 パン	牛肉 わかめ ハム 牛乳 のり しらす干し チーズ	にんにく 玉葱 人参 グリンピース トマト缶 だいこん きゅうり りんご	魚のピカタ 小松菜のサラダ 豚汁 ★ご飯	米 小麦粉 油 マヨネーズ ごま さいとも こんにやく	たら 卵 ハム 豚肉 豆腐 いりこ みそ	人参 ごぼう だいこん ねぎ
24	土	野菜ラーメン 煮豆 ★ご飯	牛乳 ネーブル クラッカー	中華めん ごま油 砂糖 クラッカー 米	豚肉 みそ 牛乳 大豆	人参 はくさい もやし 玉葱 ネーブル	ぎせい豆腐 五目汁 ★ご飯	米 三温糖 さいとも	豆腐 鶏肉 干し椎茸 みそ 油揚げ いりこ	玉葱 人参 干し椎茸 グリンピース だいこん ねぎ
26	月	肉じゃが みそ汁 酢の物 ★ご飯	牛乳 バナナケーキ	米 じゃがいも しらす 油 砂糖 ごま 小麦粉 バター	牛肉 竹輪 油揚げ みそ わかめ いりこ 米 牛乳 スキムミルク 卵	玉葱 人参 さやいんげん きゅうり ブロッコリー だいこん パナナ	魚の磯辺揚げ ひじき五目煮 かぶのみそ汁 ★ご飯	米 小麦粉 油 三温糖	しいら あおりのり 干し椎茸 大豆 油揚げ わかめ みそ いりこ	人参 さやいんげん かつ ごまつな
27	火	焼きそば 切干大根の煮物 わかめスープ ★ご飯	牛乳 ピザトースト	米 中華めん 油 砂糖 パン	豚肉 かつお節 胃のり 油揚げ わかめ かまぼこ いりこ 牛乳 ベーコン チーズ	キャベツ もやし 人参 玉葱 切干大根 干し椎茸 干し えのきたけ	豚肉の生姜焼き ほうれん草とひじきの和え みそ汁 ★ご飯	米 油 三温糖	豚肉 チーズ 干し椎茸 ハム 卵 油揚げ みそ いりこ	玉葱 人参 しょうが ねぎ ほうれんそう キャベツ
28	水	魚のコーンフレーク焼き 茹でブロッコリー 卵スープ ★ご飯	牛乳 岩石揚げ	米 マヨネーズ 小麦粉 コーンフレーク パン粉 でんぶん さつまいも 砂糖 油	メルルーサ チーズ 卵 かつお節 ごんぶ 牛乳 大豆 ひじき	ブロッコリー 玉葱 人参 ほうれんそう	チャンポン 南瓜そぼろ煮 ★ご飯	中華めん 油 三温糖 米	豚肉 いか さつま揚げ 鶏肉	キャベツ 玉葱 もやし 人参 きらげ かぼちゃ グリンピース
29	木	豚肉のカレーいため はんぺん汁 果物 ★ご飯	牛乳 みそ入り蒸しパン	米 じゃがいも 油 小麦粉 砂糖	豚肉 はんぺん ごんぶ かつお節 牛乳 みそ 卵	玉葱 人参 ビーマン 人参 しめじ ごまつな ネーブル	厚揚げと小松菜の炒め煮 キャベツとしらすの酢の物 あすか汁 ★ご飯	米 油 三温糖 じゃがいも	厚揚げ 豚肉 しらす干し わかめ 鶏肉 みそ いりこ スキムミルク	ごまつな 人参 しめじ 玉葱 キャベツ テンゲンアサ

※入荷の都合により献立及び材料の一部を変更することがあります。