

2月 小学校給食献立表



目標

マナーを守って食べよう

大府市教育委員会

日 曜	献立名	体をつくる		体の調子をととのえる		エネルギーになる		エネルギー (kcal)
		1群	2群	3群	4群	5群	6群	
3月	ごはん 牛乳		牛乳			米		610
	マーボー豆腐	豚肉 鶏レバー 豆腐 みそ		にんじん ねぎ	玉ねぎ ねぎ しょうが にんにく	砂糖 でんぷん	ごま油	
	はるさめとひじきのちゅうかあえ	ささみ	ひじき	にんじん	キャベツ コーン	はるさめ 砂糖	ごま油	
	いちご(2こ)				いちご			
4火	ごはん 牛乳		牛乳			米		591
	とりにくのしおこじやき	鶏肉						
	ブロッコリーのおかかあえ	かつおぶし		ブロッコリー		砂糖		
	ぶたにくとだいいこんのもの	豚肉 はんぺん		にんじん さやいんげん	だいいこん こんにやく	砂糖		
5水	むぎごはん 牛乳		牛乳			米 大麦		619
	ピビンバ(にくたまごそばろ)	豚肉 鶏レバー 卵			にんにく	砂糖	米油	
	(やさいナムル)			ほうれんそう	もやし	砂糖	ごま油	
	(たれ)	みそ			しょうが	砂糖	ごま油	
	ビーフンスープ	鶏肉		にんじん なら チンゲンサイ	玉ねぎ 干しいたけ	ビーフン		
	ヨーグルト		ヨーグルト					
6木	ごはん 牛乳		牛乳			米		582
	さわらのこうみやき	さわら			しょうが にんにく	でんぷん		
	ひじきのいために	鶏肉	ひじき	にんじん さやいんげん		砂糖	米油	
	ごじる	豚肉 大豆 豆腐 豆乳 みそ		にんじん ねぎ	こんにやく だいいこん ごぼう ねぎ			
7金	ちゅうかめん 牛乳		牛乳			中華めん		582
	ピリからラーメンスープ	豚肉 みそ		にんじん なら	もやし キャベツ キムチ			
	あげぎょうざ(2こ)	豚肉		なら	キャベツ 玉ねぎ	パン粉 でんぷん 小麦粉	米油	
	こまつなのあえもの	ツナ		こまつな にんじん		砂糖	ごま油	
10月	ごはん 牛乳		牛乳			米		627
	ささみのうめふうみあげ	ささみ			梅肉 青しそ	パン粉 小麦粉 米粉	米油	
	うのはなのいりに	おから ちくわ			コーン 枝豆	砂糖	米油	
	さわにわん	豚肉 豆腐 油揚げ		にんじん ねぎ	だいいこん ごぼう えのきたけ ねぎ	でんぷん		
12水	ごはん 牛乳		牛乳			米		621
	しろみぎかなフリッター(2こ)	たら	オキアミ			小麦粉 でんぷん 砂糖	油	
	ごもくきんぴら	豚肉		にんじん さやいんげん	ごぼう れんこん こんにやく	砂糖	ごま油	
	とりにくととうふのしおだれに	鶏肉 鶏団子 豆腐		にんじん ねぎ	玉ねぎ はくさい えのきたけ ねぎ			
13木	むぎごはん 牛乳		牛乳			米 大麦		637
	おやこに	鶏肉 卵 かまぼこ		にんじん ねぎ	玉ねぎ 切り干し大根 干しいたけ ねぎ	砂糖 でんぷん		
	キャベツとなまあげのみそいため	豚肉 生揚げ みそ			キャベツ	砂糖 でんぷん	米油	
	ぼんかん				ぼんかん			
14金	ココアあげパン 牛乳 (こがたロールパン)		牛乳			パン 砂糖 ココア	米油	587
	ポークビーンズ	豚肉 ベーコン 大豆		にんじん トマト	玉ねぎ	じゃがいも 砂糖		
	じゃことだいいこんのサラダ (イタリアンドレッシング)		しらす干し	にんじん	だいいこん キャベツ		ドレッシング	
	ひとくちチーズ(2こ)		チーズ					
17月	ごはん 牛乳		牛乳			米		592
	あいちのれんこんいりつくね(2こ)	鶏肉 豚肉			れんこん 玉ねぎ	でんぷん 砂糖	油	
	なばなのあえもの	ツナ		なばな	もやし コーン	砂糖		
	こんさいのかすじる	豚肉 油揚げ みそ		にんじん ねぎ	ごぼう しめじ ねぎ	じゃがいも		
	がまごおりみかんプチゼリー				みかん	砂糖		
18火	ごもくごはん(アルファかまい) 牛乳	鶏肉 油揚げ	牛乳	にんじん	ごぼう 干しいたけ	アルファ化米 アルファ化もち米 砂糖	米油	618
	いわしのしょうがに	いわし			しょうが	砂糖 でんぷん		
	はくさいのゆかりあえ			赤しそ	はくさい			
	とうふとゆばのすましじる	豆腐 湯葉		にんじん ねぎ	だいいこん 玉ねぎ えのきたけ ねぎ			



いしがせしょうとくべつこんだて ひ
石ヶ瀬小特別献立の日
10日(月)・12日(水)・19日(水)
この3日間は、6年生が家庭科の授業で考
えた料理が献立に登場します。お楽しみに！

<今月の愛知県産の野菜・くだもの>
さといも・れんこん・かぶ・キャベツ・こまつな・チンゲンサイ
きりぼしだいいこん・なばな・にんじん・はくさい・パセリ

2月 小学校給食献立表



目標

マナーを守って食べよう

大府市教育委員会

日 曜	献立名	体をつくる		体の調子をととのえる		エネルギーになる		エネルギー (kcal)
		1群	2群	3群	4群	5群	6群	たんぱく質 (g)
19 水	むぎごはん 牛乳		牛乳			米 大麦		625
	はるまき	豚肉		にんじん にら	もやし キャベツ エリンギ	でんぷん 小麦粉 水あめ	米油 油	
	きりぼしだいこんのごまマヨサラダ	ツナ		こまつな にんじん	切り干し大根		ごまドレッシング	
20 木	【ピストロおぶちゃん きゅうしよくメニューのひ】 キャベツのぐたくさん とうにゅうみそスープ	鶏肉 豆乳 みそ		にんじん ねぎ	キャベツ だいこん ねぎ にんにく		ごま油	21.0
	むぎごはん 牛乳		牛乳			米 大麦		615
	ハヤシライス	牛肉		にんじん パセリ トマト	玉ねぎ エリンギ	じゃがいも 小麦粉 砂糖	豆乳マーガリン	
ツナとまめのサラダ (わふうドレッシング)	ツナ 赤いんげん豆 大豆 青えんどう豆 ひよこ豆				キャベツ コーン		ドレッシング	
21 金	しらたまうどん 牛乳		牛乳			白玉うどん		644
	みそにこみうどんじる	鶏肉 油揚げ かまぼこ みそ		にんじん ねぎ	はくさい ねぎ 干しいたけ	砂糖 でんぷん		
	なつとういりかきあげ	納豆			玉ねぎ エリンギ	ながいも 小麦粉 米粉	米油	
	キャベツとたくあんのあえもの				キャベツ 大根漬け			
25 火	ごはん 牛乳		牛乳			米		593
	きびなごのかりかりフライ (1・2ねん2び、3ねん~3び)		きびなご			じゃがいも でんぷん 玄米粉 米粉パン粉	米油 油	
	じゃがいものうまに	豚肉 はんぺん		にんじん さやいんげん	玉ねぎ こんにゃく	じゃがいも 砂糖		
	いそかあえ(きざみのり)		のり	ほうれんそう	もやし	砂糖		
26 水	むぎごはん 牛乳		牛乳			米 大麦		624
	カレー	豚肉	牛乳	にんじん	玉ねぎ	じゃがいも		
	カラフルソテー	ウインナー		赤ピーマン	キャベツ		米油	
	てづくりナタデココオレンジゼリー				ナタデココ オレンジジュース	砂糖		
27 木	ごはん 牛乳		牛乳			米		645
	さばのてりやき	さば			しょうが	砂糖 でんぷん		
	こまつなのしそひじきあえ		しそひじき	こまつな にんじん	はくさい			
	ぶたじる	豚肉 豆腐 油揚げ みそ		にんじん ねぎ	だいこん ごぼう ねぎ	さといも		
28 金	くろロールパン 牛乳		牛乳			パン		697
	ハンバーグのトマトソースかけ	鶏肉 豚肉		トマト	玉ねぎ にんにく	砂糖 でんぷん		
	ブロッコリーのソテー			ブロッコリー	キャベツ コーン		オリーブ油	
	ふゆやさいのスープに	鶏肉 ベーコン		にんじん	玉ねぎ かぶ はくさい	じゃがいも		
	ココアぎゅうにゅうのもと					砂糖		

平均値	617
基準値	26.1
平均値	640
基準値	26.5

おぶちゃん 21日(金) みそにこみうどんじる (郷土料理)

大府市のホームページでは【学校給食でお勧めレシピ】として栄養教諭や給食調理員がお勧めするレシピを掲載しています。是非、ご覧いただき、家庭でもお試しください。

ただいま、レシピをリニューアル中です。今までの【学校給食でお勧めレシピ】は旧QRコードからご覧いただくことができます。適塩などの観点から、調味料の分量や食材の見直しをしているレシピへは新QRコードから、ぜひご覧ください！



食塩相当量(g)	1.9
平均値	1.9
基準値	2.0

発酵食品を食べよう!



★いろいろな発酵食品★

★発酵食品とは★

食べ物が微生物(菌や酵母など)の力を借りて変化し、おいしくなったり、栄養が増えたり、保存性が高まったりした食品のことです。

★発酵食品のよいところ★

- 腸内環境を整える。
- 免疫力が高まる。
- 栄養を吸収しやすい。



・物資の都合により献立を変更することがありますので、ご了承ください。

・献立について不明な点は、各学校までお問い合わせください。