

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) たんぱく質 (g)
		1群	2群	3群	4群	5群	6群	
2月	ごはん 牛乳		牛乳			米		621
	とうふハンバーグの みぞれあんかけ	豆腐 鶏肉 豚肉			玉ねぎ だいこん	砂糖 でんぶん		
	はくさいとりにくのにも	鶏肉 かまぼこ 豆腐		にんじん ねぎ	はくさい こんにゃく 干しいたけ ねぎ	砂糖	米油	
	いそかあえ(きざみのり)		のり	ほうれんそう	もやし	砂糖		27.9
3火	ごはん 牛乳	牛乳				米		626
	いわしのかばやき		いわし			でんぶん 砂糖	米油	
	なばなのあえもの	ツナ		菜花	もやし コーン	砂糖		
	のっぺいじる	鶏肉 豆腐		にんじん ねぎ	だいこん ごぼう ねぎ 干しいたけ こんにゃく	さといも でんぶん		28.0
	せつぶんまめ	大豆						
4水	あいちのツイストパン 牛乳		牛乳			パン		638
	こめこのビーフシチュー	牛肉		にんじん トマト	玉ねぎ エリンギ	じゃがいも 米粉 砂糖	豆乳マーガリン 米油	
	キャロットサラダ (イタリアンドレッシング)	ツナ		にんじん	キャベツ コーン		ドレッシング	
	いちご(2こ)				いちご			23.5
5木	ごはん 牛乳		牛乳			米		583
	とりにくのしょうゆこうじやき	鶏肉						
	やさいとわかめのあえもの		わかめ		キャベツ もやし			
	あつあげとぶたにくのキムチじる	豚肉 生揚げ みそ		にんじん ねぎ	はくさい もやし キムチ ねぎ			28.9
6金	むぎごはん 牛乳		牛乳			米 大麦		627
	まぐろとこうやどうふのあげに	まぐろ 高野豆腐				でんぶん 米粉 砂糖	米油	
	はくさいのうめおかかあえ	かつおぶし		ほうれんそう	はくさい 梅 切り干し大根	砂糖		
	かきたまじる	卵 豆腐 かまぼこ		にんじん ねぎ	ねぎ 玉ねぎ	でんぶん		29.1
9月	ごはん 牛乳		牛乳			米		586
	さわらのカレーじょうゆやき	さわら			にんにく	砂糖 でんぶん		
	ぶたにくとだいこんのにも	豚肉 はんぺん		にんじん さやいんげん	だいこん こんにゃく	砂糖		
	ブロッコリーのごまあえ			ブロッコリー		砂糖	ごま	30.4
10火	ちゅうかめん 牛乳		牛乳			中華めん		634
	ピリからラーメンスープ	豚肉 みそ		にんじん にら	もやし キャベツ キムチ			
	あげぎょうざ(2こ)	豚肉		にら	キャベツ 玉ねぎ	小麦粉 パン粉 でんぶん	米油	
	こまつなのちゅうかあえ	ツナ		こまつな にんじん		砂糖	ごま油	
	とうにゅうプリン	豆乳				砂糖		24.5
12木	ごはん 牛乳		牛乳			米		668
	さばのこうみやき	さば			しょうが にんにく	でんぶん		
	きりぼしだいこんのふくめに	ツナ		にんじん さやいんげん	切り干し大根	砂糖	米油	
	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		30.0
13金	むぎごはん 牛乳		牛乳			米 大麦		653
	ビビンバ(にくたまごそぼろ)	豚肉 鶏レバー 卵			にんにく	砂糖	米油	
	(やさいなムル)			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	
	トックスープ	鶏肉		にんじん にら	玉ねぎ はくさい 干しいたけ	トック(もち)		
	ヨーグルト		ヨーグルト					28.9
16月	むぎごはん 牛乳		牛乳			米 大麦		632
	マーボーどうふ	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 でんぶん	ごま油	
	ひじきとはるさめのちゅうかあえ	ささみ	ひじき	にんじん	キャベツ 枝豆	はるさめ 砂糖	ごま油	
	ぼんかん				ぼんかん			28.6



おおぶちゃん
マーク

3日(火)、9日(月)、12日(木)
おおぶニック学校給食米(大府市産)

おおぶニック学校給食米について
おおぶ市内の有機農業の推進に取り組む
農業者グループが栽培した米です。

いしがせしょうとくべつこんだて
石ヶ瀬小特別献立の日
5日(木)・19日(木)・26日(木)
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・キャベツ・こまつな・ほうれんそう・パセリ
チンゲンサイ・にんじん・なばな・はくさい・切り干し大根
ブロッコリー・だいこん・もやし・いちご・ぼんかん

大府市のホームページでは【学校給食お勧め
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。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ます。
ぜひご覧いただき、家庭でもお試しください。



うらへつづきます

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	
17 火	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	576
	とうにゅうキャロットポタージュ	ベーコン 豆乳		にんじん パセリ	玉ねぎ エリンギ	じゃがいも	米油	
	コールスローサラダ (コールスロートレッシング)	ツナ		にんじん	キャベツ 玉ねぎ コーン		ドレッシング	
	ひとくちチーズ(2こ)		チーズ					
18 水	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	565
	あいちのれんこんいりつくね(2こ)	鶏肉			玉ねぎ れんこん	でんぶん 砂糖	油	
	こうものあえ				はくさい 大根漬け			
	とうふとゆばのすましじる	豆腐 湯葉		にんじん ねぎ	玉ねぎ ねぎ えのきたけ			
19 木	ごはん 牛乳	おおぶニック 学校給食米です。	牛乳			米		643
	いわしフライのレモンソースかけ	いわし			レモン果汁	砂糖 パン粉 小麦粉	米油	
	うのはなのいりに	おから ちくわ 油揚げ		にんじん	枝豆	砂糖	米油 ごま油	
	ごじる	豚肉 大豆 豆腐 豆乳 みそ		にんじん ねぎ	こんにやく だいこん ごぼう ねぎ			
20 金	ごはん 牛乳	おおぶニック学校給食米です。	牛乳			米		620
	こめこのカレー	豚肉		にんじん	玉ねぎ	じゃがいも	米油	
	やさいとウインナーのソテー	ウインナー		赤ピーマン	キャベツ コーン		米油	
	てづくりナタデココいちごゼリー				ナタデココ	砂糖		
24 火	しらたまうどん 牛乳		牛乳			白玉うどん		652
	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 でんぶん		
	なつとういりこめこのかきあげ	納豆 かつお粉			玉ねぎ エリンギ	ながいも 米粉	米油	
	あおなのしそひきあえ		しそひき	にんじん こまつな	キャベツ			
25 水	ごはん 牛乳		牛乳			米		687
	さばのしおこうじやき	さば						
	にんじんとツナのいためもの	ツナ		にんじん	もやし			
	とりだんごじる	鶏団子 豆腐	わかめ	にんじん ねぎ	玉ねぎ だいこん えのきたけ ねぎ			
26 木	むぎごはん 牛乳	いしがせか とくべつ こんだて③	牛乳			米 大麦		632
	おやこに	鶏肉 卵 かまぼこ		にんじん ねぎ	玉ねぎ 干しいたけ 切り干し大根 ねぎ	砂糖 でんぶん		
	あつあげとはくさいのみそあえ でこぼん	豚肉 生揚げ みそ			はくさい	砂糖 でんぶん	米油	
					でこぼん			
27 金	ごはん 牛乳		牛乳			米		583
	しろみざかなのチリソースかけ	タラ		ねぎ	にんにく ねぎ	砂糖 でんぶん	米油 ごま油	
	きりぼしだいこんのあえもの	ツナ		チンゲンサイ	切り干し大根	砂糖	ごま油	
	【ビストロおぶちゃん きゅうしよくメニューのひ】 ブロッコリーのとうろくスープ	鶏肉		にんじん ねぎ ブロッコリー	玉ねぎ はくさい れんこん ねぎ しょうが 干しいたけ	でんぶん	ごま	



おぶちゃん
マーク

19日(木)、20日(金) おおぶニック学校給食米(大府市産)
24日(火) みそにこみうどんじる(郷土料理)

平均値	624
	27.0
基準値	640
	26.5

食塩相当量(g)	
平均値	2.0
基準値	2.0

クイズ! クイズ! ??? がへんしん!
なにになるかな?

だいずがへんしん! なにになるかな?

だいず

ぎゅうにゅうがへんしん! なにになるかな?

ぎゅうにゅう

おこめがへんしん! なにになるかな?

おこめ

さかながへんしん! なにになるかな?

さかな

ヒント:発酵食品になるよ!

はっこうしょくひん た
【発酵食品を食べるとよいこと】

- ・おなかの調子よくなる
- ・病気に強い
- ・栄養を吸収しやすい



クイズのこたえ→

クイズのこたえ→