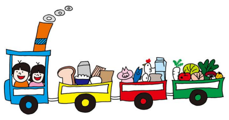
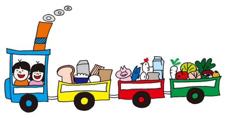
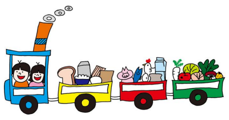
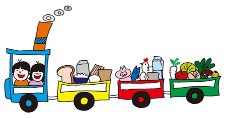
小学校　’２６　　# ２月献立表　　扶桑町立学校給食共同調理場

日	曜	献立名	使用する材料の栄養素のおもなはたらき						備考
			おもに体をつくるもとになる食品（あかいろ）		おもに体の調子を整えるもとになる食品（みどりいろ）		おもにエネルギーのもとになる食品（きいろ）		
			たんぱく質	無機質	ビタミン	ビタミン	炭水化物	脂質	
			肉　魚　卵　豆･豆製品	牛乳　小魚　乳製品　海藻	色のこい野菜	その他の野菜　きのこ　果物	米　パン　めん　いも　さとう　菓子	油脂類　種実類	
2	月	麦ごはん　牛乳		**牛乳**			**麦ごはん**		ちくわの磯辺揚げ　２こ
		ちくわの磯辺揚げ	ちくわ	青のり			小麦粉	油	
		根菜きんぴら	とり肉		**にんじん**	ごぼう　こんにゃく	さとう	油　ごま	
		すいとん汁	**油あげ**		**にんじん**	**だいこん**　ねぎ　**はくさい**	すいとん		
3	火	ごはん　牛乳		**牛乳**			ごはん		
		節分の煮物	厚あげ　**油あげ**	糸昆布	**にんじん**	**だいこん**　ごぼう	さといも		
		いわしのかば焼き	いわし				さとう　でんぷん　米粉	油	
		福神あえ				福神漬　**キャベツ**		ごま	
		節分豆	大豆						
4	水	ごはん　牛乳		**牛乳**			**ごはん**		
		和風ハンバーグ	とり肉　豚肉			玉ねぎ	さとう　でんぷん　水あめ　じゃがいも		
		ほうれん草のごまあえ			**ほうれんそう**	もやし	さとう	ごま	
		豚汁	豚肉　豆腐　みそ	煮干し	**にんじん**	**だいこん**　ごぼう　こんにゃく　ねぎ	さといも		
		コーヒー牛乳の素					コーヒー牛乳の素		
5	木	坦々麺風めん　牛乳	豚肉　みそ	**牛乳**	**チンゲンサイ**　**にんじん**	にんにく　しょうが　もやし　たまねぎ　ねぎ	**中華めん**　さとう	油　ごま油	しゅうまい　２こ
		おからしゅうまい	豚肉　おから　大豆			玉ねぎ	小麦粉　でんぷん	油	
		セルフフルーツババロア				みかん　黄桃　パイン	ゼリーの素（りんご）		
6	金	カレーライス　牛乳	豚肉	**牛乳**	**にんじん**	たまねぎ	**ごはん**　じゃがいも	油	
		大豆サラダ	大豆　ツナ		**にんじん**	**キャベツ**　コーン	さとう	オリーブ油	
9	月	わかめごはん　牛乳		**牛乳**　わかめ			**ごはん**		
		たらの揚げ煮	たら			しょうが	でんぷん　さとう	油	
		守口漬あえ				**守口漬**　**キャベツ**　もやし		ごま	
		のっぺい汁	とり肉　豆腐		**にんじん**	**だいこん**　ごぼう　こんにゃく　ねぎ	さといも		
10	火	炊き込みチャーハン　牛乳	豚肉	**牛乳**	**にんじん**	たまねぎ　コーン　ねぎ	**アルファー化米**	ごま油	
		とり肉の唐揚げ	とり肉			しょうが　にんにく	でんぷん	油	
		ワンタンスープ			**にんじん**	**はくさい**　もやし　ねぎ	ワンタン		
12	木	ココア揚げパン　牛乳		**牛乳**			クロスロールパン　さとう　ココア	油	
		キャベツ入りつくね	とり肉　豚肉			キャベツ　しょうが	でんぷん　さとう		
		白菜のクリーム煮	豚肉	**牛乳**	**にんじん**	たまねぎ　**はくさい**	じゃがいも　ホワイトルー	油	
13	金	ごはん　牛乳		**牛乳**			**ごはん**		
		肉豆腐	豚肉　豆腐			こんにゃく　ねぎ　**はくさい**　えのきたけ	さとう		
		厚焼き玉子	卵				さとう	油	
		ゆかりあえ			赤しそ	もやし　**きゅうり**			

小学校　’２６  ２月献立表  扶桑町立学校給食共同調理場

日	曜	献立名	使用する材料の栄養素のおもなはたらき おもに体をつくるもとになる食品（あかいろ） たんぱく質 肉 魚 卵 豆･豆製品	無機質 牛乳 小魚 乳製品 海藻	おもに体の調子を整えるもとになる食品（みどりいろ） ビタミン 色のこい野菜	ビタミン その他の野菜 きのこ 果物	おもにエネルギーのもとになる食品（きいろ） 炭水化物 米 パン めん いも さとう 菓子	脂質 油脂類 種実類	備考
16	月	麦ごはん　牛乳		**牛乳**			**麦ごはん**		
		和風コロッケ			**にんじん**	**れんこん**	じゃがいも さとう パン粉 小麦粉 米粉 でんぷん	油	
		小松菜の煮びたし	**油あげ**		**こまつな** **にんじん**		さとう		
		かきたま汁	とり肉 かまぼこ 卵		**にんじん**	えのきたけ ねぎ	でんぷん		
17	火	ごはん　牛乳		**牛乳**			**ごはん**		
		豚肉と大根の煮物	豚肉 厚あげ 大豆		**にんじん**	だいこん こんにゃく	さとう		
		かつおのおかか煮	かつお かつおぶし			しょうが	さとう でんぷん		
		昆布あえ		塩昆布	**にんじん**	**はくさい**			
18	水	ごはん　牛乳		**牛乳**			**ごはん**		
		春巻き	豚肉		**にんじん** にら	キャベツ もやし エリンギ	でんぷん さとう 小麦粉 水あめ	油 ごま油	
		はるさめサラダ	卵			**キャベツ**	マロニー さとう	ごま ごま油	
		扶桑野菜のとろとろ ごちそう中華スープ	とり肉		**にんじん**	**キャベツ** **だいこん** コーン	でんぷん		
19	木	小型ロールパン　牛乳		**牛乳**			小型ロールパン		れんこん入 りつくね 2コ
		焼きそば	豚肉 はんぺん		**にんじん**	**キャベツ** しょうが	焼きそば	油	
		愛知のれんこん入りつくね	とり肉			**れんこん** 玉ねぎ しょうが	さとう	油	
		杏仁フルーツ		杏仁豆腐		みかん パイン 黄桃	さとう		
20	金	ごはん　牛乳		**牛乳**			**ごはん**		
		厚揚げのそぼろ煮	豚肉 厚あげ		**にんじん**	**だいこん** ごぼう しょうが	さとう でんぷん		
		れんこんチップ				**れんこん**	小麦粉	油	
		キャベツのおかかあえ	かつおぶし			**キャベツ** もやし	さとう		
24	火	麦ごはん　牛乳		**牛乳**			**麦ごはん**		ぎょうざ ２こ
		マーボー豆腐	豆腐 豚肉 みそ		**にんじん**	たまねぎ しょうが にんにく ねぎ	さとう でんぷん	ごま油	
		揚げぎょうざ	豚肉			キャベツ たまねぎ しょうが	小麦粉 さとう	油	
		ナムル				**きゅうり** もやし コーン	さとう	ごま油 ごま	
25	水	ごはん　牛乳		**牛乳**			**ごはん**		
		三色そぼろ丼	とり肉 卵			むきえだまめ たまねぎ	さとう	ごま 油	
		けんちん汁			**にんじん**	こんにゃく **だいこん** ごぼう ねぎ	さといも	ごま油	
		いよかん				いよかん			
26	木	ソフトめんミートソース 牛乳	豚肉	**牛乳**	**にんじん** トマト	たまねぎ セロリー にんにく	ソフトめん さとう ハヤシルー		
		コーンサラダ	とり肉		**こまつな**	コーン **キャベツ**		オリーブ 油	
27	金	ごはん　牛乳		**牛乳**			**ごはん**		
		豆乳鍋	豚肉 豆乳 みそ 厚あげ		**にんじん**	**だいこん** **はくさい** ねぎ			
		さわらの照り焼き	さわら				さとう でんぷん 水あめ		
		ツナと白菜のあえ物	ツナ			**はくさい**	さとう	ごま	

※食材の納入状況等により、献立を変更する場合があります。ご了承ください。　給食回数　１８回

※**太字**は愛知県産、**太字**＿は扶桑町産です。今月は、だいこん・白菜・キャベツ・守口漬が扶桑町産です。

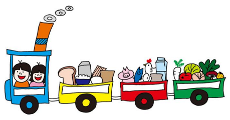
中学校　’２６

２月献立表

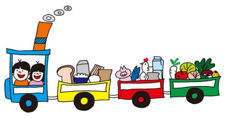
扶桑町立学校給食共同調理場

日	曜	献立名	使用する材料の栄養素のおもな働き						備考
			おもに 体をつくるもとになる食品		おもに 体の調子を整えるもとになる食品		おもに エネルギーのもとになる食品		
			1群	2群	3群	4群	5群	6群	
			肉 魚 卵 豆･豆製品	牛乳･乳製品 小魚 海藻	緑黄色 野菜	その他の野菜 きのこ類 果物	穀類 いも類 砂糖	油脂 種実類	
2	月	麦ごはん　牛乳		**牛乳**			**麦ごはん**		ちくわの磯辺揚げ 2こ
		ちくわの磯辺揚げ	ちくわ	青のり			小麦粉	油	
		根菜きんぴら	とり肉		**にんじん**	ごぼう こんにゃく	さとう	油　ごま	
		すいとん汁	**油あげ**		**にんじん**	**だいこん**　ねぎ **はくさい**	すいとん		
3	火	ごはん　牛乳		**牛乳**			ごはん		
		節分の煮物	厚あげ　**油あげ**	糸昆布	**にんじん**	**だいこん**　ごぼう	さといも		
		いわしのかば焼き	いわし				さとう　でんぷん　米粉	油	
		福神あえ				福神漬　**キャベツ**		ごま	
		節分豆	大豆						
4	水	ごはん　牛乳		**牛乳**			**ごはん**		
		和風ハンバーグ	とり肉　豚肉			玉ねぎ	さとう　でんぷん 水あめ　じゃがいも		
		ほうれん草のごまあえ			**ほうれんそう**	もやし	さとう	ごま	
		豚汁	豚肉　豆腐 みそ	煮干し	**にんじん**	**だいこん**　ごぼう こんにゃく　ねぎ	さといも		
		コーヒー牛乳の素					コーヒー牛乳の素		
5	木	坦々麺風めん　牛乳	豚肉　みそ	**牛乳**	**チンゲンサイ** **にんじん**	にんにく　しょうが もやし　たまねぎ ねぎ	**中華めん**　さとう	油　ごま油	しゅうまい 3こ
		おからしゅうまい	豚肉　おから 大豆			玉ねぎ	小麦粉　でんぷん	油	
		セルフフルーツババロア				みかん　黄桃 パイン	ゼリーの素（りんご）		
6	金	カレーライス　牛乳	豚肉	**牛乳**	**にんじん**	たまねぎ	**ごはん**　じゃがいも	油	
		大豆サラダ	大豆　ツナ		**にんじん**	**キャベツ**　コーン	さとう	オリーブ油	
9	月	わかめごはん　牛乳		**牛乳**　わかめ			**ごはん**		
		たらの揚げ煮	たら			しょうが	でんぷん　さとう	油	
		守口漬あえ				**守口漬**　**キャベツ** もやし		ごま	
		のっぺい汁	とり肉　豆腐		**にんじん**	**だいこん**　ごぼう こんにゃく　ねぎ	さといも		
10	火	炊き込みチャーハン 牛乳	豚肉	**牛乳**	**にんじん**	たまねぎ　コーン ねぎ	**アルファー化米**	ごま油	
		とり肉の唐揚げ	とり肉			しょうが　にんにく	でんぷん	油	
		ワンタンスープ			**にんじん**	**はくさい**　もやし ねぎ	ワンタン		
12	木	ココア揚げパン　牛乳		**牛乳**			クロスロールパン さとう　ココア	油	
		キャベツ入りつくね	とり肉　豚肉			キャベツ　しょうが	でんぷん　さとう		
		白菜のクリーム煮	豚肉	**牛乳**	**にんじん**	たまねぎ　**はくさい**	じゃがいも ホワイトルー	油	
13	金	ごはん　牛乳		**牛乳**			**ごはん**		
		肉豆腐	豚肉　豆腐			こんにゃく　ねぎ **はくさい**　えのきたけ	さとう		
		厚焼き玉子	卵				さとう	油	
		ゆかりあえ			赤しそ	もやし　**きゅうり**			

中学校　’２６



２月献立表



扶桑町立学校給食共同調理場

			おもに 体をつくるもとになる食品		おもに 体の調子を整えるもとになる食品		おもに エネルギーのもとになる食品		
			１群	２群	３群	４群	５群	６群	
			肉 魚 卵 豆･豆製品	牛乳･乳製品 小魚　海藻	緑黄色 野菜	その他の野菜 きのこ類 果物	穀類 いも類 砂糖	油脂 種実類	
16	月	麦ごはん　牛乳		**牛乳**			**麦ごはん**		
		和風コロッケ			**にんじん**	**れんこん**	じゃがいも　さとう パン粉　小麦粉　米粉 でんぷん	油	
		小松菜の煮びたし	**油あげ**		**こまつな** **にんじん**		さとう		
		かきたま汁	とり肉　かまぼこ 卵		**にんじん**	えのきたけ　ねぎ	でんぷん		
17	火	ごはん　牛乳		**牛乳**			**ごはん**		
		豚肉と大根の煮物	豚肉　厚あげ 大豆		**にんじん**	だいこん　こんにゃく	さとう		
		かつおのおかか煮	かつお かつおぶし			しょうが	さとう　でんぷん		
		昆布あえ		塩昆布	**にんじん**	**はくさい**			
18	水	ごはん　牛乳		**牛乳**			**ごはん**		
		春巻き	豚肉		**にんじん**　にら	キャベツ　もやし エリンギ	でんぷん　さとう 小麦粉　水あめ	油 ごま油	
		はるさめサラダ	卵			**キャベツ**	マロニー　さとう	ごま ごま油	
		扶桑野菜のとろとろ ごちそう中華スープ	とり肉		**にんじん**	**キャベツ**　**だいこん** コーン	でんぷん		
19	木	小型ロールパン　牛乳		**牛乳**			小型ロールパン		れんこん入りつくね 3コ
		焼きそば	豚肉　はんぺん		**にんじん**	**キャベツ**　しょうが	焼きそば	油	
		愛知のれんこん入りつくね	とり肉			**れんこん**　玉ねぎ しょうが	さとう	油	
		杏仁フルーツ		杏仁豆腐		みかん　パイン　黄桃	さとう		
20	金	ごはん　牛乳		**牛乳**			**ごはん**		
		厚揚げのそぼろ煮	豚肉　厚あげ		**にんじん**	**だいこん**　ごぼう しょうが	さとう　でんぷん		
		れんこんチップ				**れんこん**	小麦粉	油	
		キャベツのおかかあえ	かつおぶし			**キャベツ**　もやし	さとう		
24	火	麦ごはん　牛乳		**牛乳**			**麦ごはん**		ぎょうざ 3こ
		マーボー豆腐	豆腐　豚肉　みそ		**にんじん**	たまねぎ　しょうが にんにく　ねぎ	さとう　でんぷん	ごま油	
		揚げぎょうざ	豚肉			キャベツ　たまねぎ しょうが	小麦粉　さとう	油	
		ナムル				**きゅうり**　もやし　コーン	さとう	ごま油 ごま	
25	水	ごはん　牛乳		**牛乳**			**ごはん**		
		三色そぼろ丼	とり肉　卵			むきえだまめ たまねぎ	さとう	ごま　油	
		けんちん汁			**にんじん**	こんにゃく　**だいこん** ごぼう　ねぎ	さといも	ごま油	
		いよかん				いよかん			
26	木	ソフトめんミートソース　牛乳	豚肉	**牛乳**	**にんじん** トマト	たまねぎ　セロリー にんにく	ソフトめん　さとう ハヤシルー		
		コーンサラダ	とり肉		**こまつな**	コーン　**キャベツ**		オリーブ 油	
27	金	ごはん　牛乳		**牛乳**			**ごはん**		
		豆乳鍋	豚肉　豆乳　みそ 厚あげ		**にんじん**	**だいこん**　**はくさい** ねぎ			
		さわらの照り焼き	さわら				さとう　でんぷん 水あめ		
		ツナと白菜のあえ物	ツナ			**はくさい**	さとう	ごま	

※食材の納入状況等により、献立を変更する場合があります。ご了承ください。　　給食回数　１８回

※**太字**は愛知県産、**太字**＿は扶桑町産です。今月は、だいこん・白菜・キャベツ・守口漬が扶桑町産です。