

# 令和3年度 2月 学校給食献立表

善通寺市・琴平町・多度津町学校給食センター

日 (曜)	牛乳	主食 スプーン	献立名	食品名			kcal			
				おもにエネルギーのもとになる食品(黄)	おもに体をつくるもとになる食品(赤)	おもに体の調子を整えるもとになる食品(緑)				
1 (火)		ダイシモチ ごはん	豚肉とごぼうのうま煮 きゅうりと たくあんのごまあえ いよかん 味付けのり	米 <u>ダイシモチ</u> こんにゃく 砂糖	油 ごま	豚肉 油揚げ 青大豆	牛乳 こんぶ のり	にんじん	たけのこ ごぼう たまねぎ きゅうり たくあん いよかん	463
				613	703	511	651	779		
				2 (水)		ごはん (委託)	いわしのかば焼き風 きゅうりとわかめの酢の物 湯葉入りすまし汁 節分豆(小・中) 節分プリン(幼のみ)	米 でんぶん 小麦粉 砂糖 プリン	油	いわし ゆば 豆腐 かまぼこ 大豆
3 (木)		ハヤシ ライス	元氣サラダ 香緑	米 小麦 じゃがいも 砂糖	油 ごま	豚肉 ハム かつお節	牛乳 こんぶ	にんじん	たまねぎ エリンギ にんにく キャベツ きゅうり コーン キウイフルーツ	457
4 (金)		米粉パン	ハンバーグ ブロッコリーのサラダ じゃがいもと野菜のスープ ガトーショコラ(小・中) チョコプリン(幼のみ)	パン 米粉 じゃがいも ガトー ショコラ プリン	ドレッシング 油	ハンバーグ ベーコン	牛乳	ブロッコリー にんじん こまつな	きゅうり キャベツ コーン もやし たまねぎ エリンギ セロリ	669
7 (月)		ごはん (委託)	鶏肉のにんにく焼き 大根のてっぴい風 けんちん汁 煮干し	米 砂糖		鶏肉 てんぷら みそ 豆腐 油揚げ	牛乳 煮干し	にんじん 葉ねぎ	にんにく だいこん たまねぎ しめじ ごぼう	463
8 (火)		五目 ラーメン	焼きぎょうざ まんばのごま酢炒め	中華めん 砂糖	ごま油 ごま	豚肉 ぎょうざ ハム	牛乳	にんじん 葉ねぎ まんば	もやし はくさい 干しいたけ キャベツ	472
9 (水)		黒糖パン	あさりのクリームシチュー ほうれんそうと コーンのソテー ネーブルオレンジ	パン 黒糖 じゃがいも 小麦粉	バター 油 オリーブ油	あさり 鶏肉 ウインナー 豆乳 白いんげん豆	牛乳 チーズ	にんじん パセリ ほうれんそう	たまねぎ キャベツ コーン エリンギ オレンジ	449
10 (木)		ダイシモチ 入り茶めし	ちくわの磯辺揚げ 食べて菜のちりめんあえ さつまいも入りみそ汁	米 <u>ダイシモチ</u> 小麦粉 米粉 さつまいも こんにゃく	油 ごま	ちくわ 油揚げ みそ	牛乳 あおのり ちりめんじゃこ	食べて菜 にんじん 葉ねぎ	キャベツ もやし たまねぎ	460
14 (月)		あぶたま丼 幼のみ	ツナと野菜のからしあえ ごま味いりこ スイーツプリング	米 砂糖 でんぶん	ごま油 ごま	油揚げ なると 卵 まぐろ水煮	牛乳 煮干し	にんじん 葉ねぎ こまつな	エリンギ たまねぎ きゅうり キャベツ コーン スイート スプリング	434
15 (火)		ダイシモチ ごはん	さばのねぎソースかけ 野菜のしそあえ ひじきのベーコン煮	米 <u>ダイシモチ</u> 砂糖 こんにゃく	ごま油 ごま 油	さば てんぷら ベーコン	牛乳 ひじき	葉ねぎ にんじん しそ	しょうが きゅうり キャベツ ごぼう	493
16 (水)		ごはん (委託)	鶏肉のコチュジャン風味 春雨サラダ 卵とレタスのスープ	米 でんぶん 砂糖 はるさめ	油 ごま油 ごま	鶏肉 コチュジャン 卵 ベーコン	牛乳	にんじん 葉ねぎ	キャベツ コーン レタス エリンギ たまねぎ	491
17 (木)		ダイシモチ ごはん	さわらのみそだれかけ 白菜と水菜のごまサラダ 莖わかめの炒め煮	米 <u>ダイシモチ</u> 砂糖 でんぶん こんにゃく	ごま 油 ごま油	さわら みそ 油揚げ てんぷら	牛乳 莖わかめ	水菜 にんじん	しょうが はくさい たけのこ ごぼう	467
										606
										716

日 (曜)	牛乳	主食 スプーン	献立名	食品名			kcal			
				おもにエネルギーのもとになる食品(黄)	おもに体をつくるもとになる食品(赤)	おもに体の調子を整えるもとになる食品(緑)				
18 (金)		ミルクパン	菜花入り和風スパゲッティ 大豆サラダ ぼんかん	パン スパゲッティ 砂糖	バター オリーブ油	ベーコン 大豆	牛乳	にんじん こまつな 菜花	たまねぎ しめじ エリンギ にんにく キャベツ きゅうり ぼんかん	466
21 (月)		ピピンパ	ABCスープ いちごタルト(小・中) いちごゼリー(幼のみ)	米 砂糖 マカロニ タルト ゼリー	油 ごま油 ごま	牛肉	牛乳	こまつな にんじん パセリ	しょうが にんにく もやし たまねぎ キャベツ エリンギ	448
22 (火)		ダイシモチ ごはん	わかさぎの三杯 小松菜のおかかあえ すいとん汁 焼きのり	米 <u>ダイシモチ</u> 砂糖 すいとん	油 ごま	かつお節 油揚げ みそ	牛乳 わかさぎ から揚げ のり	葉ねぎ こまつな にんじん	もやし キャベツ えのきだけ たまねぎ	475
24 (木)		麦ごはん	厚揚げの中華だれかけ きゅうりともやしのナムル トック入り野菜スープ	米 小麦 砂糖 でんぶん トック	ごま油 油	厚揚げ 豚肉	牛乳 わかめ	にんじん チンゲンサイ	しょうが もやし きゅうり たまねぎ 干しいたけ	471
25 (金)		全粒粉パン	手作りルーの カレーヌードルスープ ひじきとれんこんのマリネ ミニトマト ブルーベリージャム	パン 全粒粉 ふしめん 小麦粉 砂糖 ジャム	油 バター オリーブ油	ベーコン 大豆 豆乳クリーム	牛乳 クリーム ひじき	にんじん 葉ねぎ トマト こまつな ミニトマト	たまねぎ りんご にんにく れんこん コーン	463
28 (月)		ごはん (委託)	豚肉のしょうが焼き ほうれんそうの アーモンドあえ かきたま汁	米 砂糖 でんぶん	アーモンド	豚肉 卵 豆腐 なると	牛乳	ほうれんそう にんじん 葉ねぎ	しょうが もやし キャベツ コーン たまねぎ	513
										659
										834

※材料の都合により、献立を変更する場合があります。  
 ※幼稚園または小学校、中学校のみの献立についてはそれぞれ(幼)(小)(中)と表記しています。  
 ※市内・町内産の食材には下線を引いています。

