

令和4年度 2月 学校給食献立表

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 (水)		ごはん (委託)	厚揚げとじゃがいものそぼろ煮 野菜のアーモンドあえ 小煮干しのレモン酢漬	米 じゃがいも こんにゃく 砂糖	豚肉 厚揚げ てんぷら	にんじん 葉ねぎ だいこん キャベツ きゅうり	464 600 762
				油 アーモンド	牛乳 煮干し		
2 (木)		福は内ごはん	いわしのかば焼き風 キャベツのゆず香あえ 湯葉入りすまし汁	米 ダイシモチ でんぷん 小麦粉 砂糖	大豆 鶏肉 いわし ゆば かまぼこ	ひじき 牛乳	461 644 740
				油			
3 (金)		コッペパン 	ポークビーンズ ブロッコリーのサラダ ネーブルオレンジ	パン じゃがいも 砂糖	大豆 豚肉	牛乳	404 589 717
				油 ドレッシング			
6 (月)		ごはん (委託)	さばの梅照り焼き 白菜と水菜のごまサラダ けんちん汁 ミニトマト 味付けのり	米 砂糖 でんぷん	さば 豆腐 油揚げ	牛乳 のり	490 619 800
				ごま 油			
7 (火)		ダイシモチ入り 茶めし	ちくわの磯辺揚げ まんぱのちりめんあえ さつまいも入りみそ汁	米 ダイシモチ 小麦粉 米粉 さつまいも こんにゃく	ちくわ 油揚げ みそ	牛乳 あおのり ちりめんじゃこ	470 623 739
				油 ごま			
8 (水)		小型 コッペパン	菜花入りソースパグッティ 大根サラダ いりこナッツの オリーブオイルがらめ	パン スパグッティ 砂糖	豚肉 ちくわ かつお節	牛乳 わかめ 煮干し	493 642 807
				油 ごま 油 アーモンド オリーブ油			
9 (木)		金時人参の ピラフ	鶏肉のから揚げ 春雨サラダ ABCスープ	米 大麦 でんぷん 小麦粉 はるさめ 砂糖 じゃがいも マカロニ	ベーコン 鶏肉	牛乳	479 627 755
				油 ごま ごま油			
10 (金)		コッペパン 	ほうれんそうの クリームシチュー ごぼうサラダ 香緑	パン じゃがいも 小麦粉	豚肉 ウィンナー 豆乳 クリーム 白いんげん豆	牛乳 チーズ ひじき	451 656 800
				バター 油 ドレッシング ごま			
13 (月)		ごはん (委託)	鶏肉のんにく焼き 大根のてっぴい風 だんご汁 煮干し	米 砂糖 白玉もち	鶏肉 てんぷら みそ 油揚げ なると	牛乳 煮干し	508 660 798
14 (火)		ダイシモチ ごはん	厚揚げのコチュジャン風味 焼きビーフン 卵とレタスのスープ	米 ダイシモチ 砂糖 ビーフン でんぷん	厚揚げ コチュジャン 卵 ベーコン	牛乳	480 634 764
				ごま 油			
15 (水)		ごはん (委託)	手作りハンバーグ 野菜のしそあえ お麩とわかめのすまし汁	米 パン粉 ふ	牛肉 豚肉 油揚げ なると	牛乳 わかめ	451 585 740
				ドレッシング			
16 (木)		冬野菜 カレーライス	元気サラダ ぼんかん	米 ダイシモチ じゃがいも 砂糖	鶏肉 豚レバー ハム かつお節	牛乳 こんぶ	481 623 735
				油 ごま			

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)		
17 (金)		コッペパン	さけのハーブ焼き 小松菜と青大豆の タルタルサラダ オニオンスープ 大豆チョコバター	パン 砂糖 大豆チョコバター	オリーブ油 油 ドレッシング	さけ 青大豆 油揚げ ベーコン	牛乳	498 652 805
20 (月)		ごはん (委託)	豆腐とうすら卵の中華煮 野菜のごま酢あえ いよかん	米 砂糖 でんぷん	豆腐 豚肉 うすら卵	牛乳	466 617 770	
				ごま 油				
21 (火)		ダイシモチ ごはん	わかさぎの南蛮漬 キャベツと昆布のあえもの 大師汁	米 ダイシモチ でんぷん 砂糖 じゃがいも	豆腐 大豆 油揚げ みそ	牛乳 わかさぎ 塩こんぶ	462 605 722	
				油				
22 (水)		コッペパン	手作りルーの カレーヌードルスープ 菜花のガーリックソテー ミニトマト	パン ふしめん 小麦粉 砂糖	豚肉 大豆 豆乳 クリーム ベーコン	牛乳 クリーム	437 597 746	
				油 バター				
24 (金)		ポテトサンド 	ジュリアンスープ 揚げココアビーンズ マヨネースタイプドレッシング	パン じゃがいも でんぷん 砂糖	ベーコン 大豆	牛乳	455 598 731	
				ドレッシング 油				
27 (月)		深川風 卵とじ丼 	ツナと野菜のからしあえ ごま味いりこ スイーツプリン	米 砂糖 でんぷん	あさり 油揚げ なると 卵 まぐろ水煮	牛乳 煮干し	453 580 729	
				ごま 油 ごま				
28 (火)		タンタン風 うどん	かぼちゃの鹿の子揚げ もやし中華あえ	うどん 砂糖 パン粉	豚肉 鶏肉 みそ 豆乳	牛乳	506 634 754	
				ごま ごま油 油				

※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。

☆普通寺市・琴平町・多度津町産食材

ダイシモチ、こまつな、キャベツ、
菜花、ミニトマト、葉ねぎ、香緑

普通寺市・琴平町・多度津町
学校給食センター
ホームページ



<https://zkt-kyushoku.jp/>