



学校給食献立表

2月

府中町立府中中央小学校

にち	ようび	のみもの	こんだてめい	つかわれているしょくひん			エネルギー (kcal)	たんぱくじつ (g)		
				あかのグループのしょくひん	きいろのグループのしょくひん	みどりのグループのしょくひん				
2	月		ごはん	ごはん	ごはん		587	22.4		
			とりにくのレモンに	とりにく	でんぶん さとう あぶら	レモン				
			はくさいのこんぶあえ	こんぶ		はくさい				
			ひじきのいたために	ひじき ぶたにく さつまあげ	さとう あぶら	さやいんげん にんじん ごぼう こんにゃく				
3	火		ごはん	ごはん	ごはん		603	28.2		
			いわしのかばやき	いわし	でんぶん あぶら さとう ごま	みつば				
			とりだんごちゃんこなべ	とりにく とうふ	でんぶん マロニー	しょうが しろねぎ はくさい だいこん にんじん しゅんぎく				
			きなこだいす	だいす きなこ	くろざとう でんぶん					
4	水		わふうラーメン	とりにく わかめ	ちゅうかめん	にんじん もやし しめじ コーン チングンサイ たまねぎ	549	27.3		
			にくだんごのもちごめむし	ぶたにく たまご	もちごめ でんぶん	しょうが ねぎ ほししいたけ				
5	木		6-3 元気100倍 パワー給食				560	23.1		
			ごはん	ごはん						
			ぶたにくのしょうがやき	ぶたにく	さとう ごま	しょうが レモン				
			ゆでフロッコリー			プロッコリー				
お話し給食の日	6		べぎ	コッペパン	コッペパン		577	24.2		
			ポークピーンズ	だいす ぶたにく	じゃがいも さとう	たまねぎ にんじん ににく さやいんげん				
			チーズサラダ	チーズ	べにはなあぶら さとう	キャベツ こまつな にんじん コーン				
9	月		ごはん	ごはん			521	23.3		
			さばのしおやき	さば						
			わけぎのぬた	ちくわ しろみそ	さとう	わけぎ ほうれんそう はくさい				
			もずくじる	もずく	ながいも ふ	たまねぎ にんじん えのきたけ チングンサイ				
広島県の郷土料理				ちゅううかおこわ	ぶたにく	こめ もちごめ あぶら こまあぶら	たけのこ ほししいたけ しろねぎ えだまめ にんじん			
10	火		ゆきけし	とりにく かまぼこ	しらたまもち	ごぼう えのきたけ しゅんぎく ねぎ	541	20.2		
			りんご			りんご				
12	木		6-1 旬の食材入り 体ほかほか給食！				614	28.9		
			ごはん	ごはん						
			シャキッとふわふわ とうふとれんこんハンバーグ	とりにく とうふ たまご ひじき ぎゅうにゅう	パンこ こむぎこ あぶら	たまねぎ れんこん				
			わかめとこまつなのおひたし	ちくわ わかめ	ごま さとう	こまつな もやし にんじん				
13	金		からだがあたたまる さつまいものんじる	ぶたにく みそ	さつまいも あぶら	こんにゃく しめじ ねぎ にんじん だいこん	562	23.8		
			コッペパン	コッペパン						
			やさいのクリームに	ぶたにく ぎゅうにゅう チーズ しろいんげんまめペースト	じゃがいも こむぎこ パター あぶら	プロッコリー たまねぎ にんじん ほうれんそう				
16	月		きりぼしだいこんのサラダ	とりにく しらすぼし	さとう ごま ごまあぶら	きりぼしだいこん にんじん キャベツ	582	19.9		
			ごはん	ごはん						
			こうやどうふのからあげ	こうやどうふ	でんぶん あぶら	しょうが ににく				
17	火		ゆでキャベツ			キャベツ にんじん たまねぎ えだまめ トマト	509	20.5		
			しらたきのきんぴら	ぶたにく さつまあげ	ごまあぶら さとう	ににく しょうが しらたき にんじん さやいんげん ごぼう				
			イタリアンスパゲティ	ぎゅうにく ベーコン こなチーズ	スパゲティ あぶら	れんこん だいこん にんじん みずな				
18	水		6-5 ボリュームと野菜たっぷり はちの子給食				539	24.3		
			たきこみごはん	とりにく	こめ さつまいも ごまあぶら	ごぼう ほししいたけ にんじん さやいんげん				
			さわらのバターソースかけ	さわら	バター	ににく レモン				
			ゆでプロッコリー			プロッコリー				
19	木		わかめスープ	わかめ とうふ	ごま ごまあぶら	しろねぎ たまねぎ にんじん しめじ	510	18.8		
			ちゅううかどんぶり	ぶたにく いか うずらたまご	ごはん あぶら さとう でんぶん	ににく しょうが にんじん だけのこ はくさい たまねぎ チングンサイ エリンギ				
			マロニーのすのもの	たまご	マロニー さとう ごまあぶら	ほうれんそう みずな もやし				
20	金		6-2 五感で感じる!! 彩り給食!!				606	25.3		
			きなこパン	きなこ	コッペパン さとう あぶら					
			まろやか いろどりシチュー	とりにく ぎゅうにゅう チーズ	じゃがいも こむぎこ パター あぶら	たまねぎ にんじん ブロッコリー マッシュルーム				
24	火		わかめとツナのサラダ	まぐろのみずく わかめ	ごま ごまあぶら さとう	だいこん こまつな キャベツ	566	22.2		
			やきそば	ぶたにく あおのり かつおぶし	ちゅうかめん あぶら	にんじん たまねぎ キャベツ もやし ねぎ				
			ひじきのマリネ	ひじき ロースハム	さとう べにはなあぶら	にんじん ほうれんそう				
25	水		おからドーナツ	おから たまご ぎゅうにゅう	バター さとう あぶら ホットケーキミックス		520	20.3		
			ごはん	ごはん						
			ちくせんに	とりにく なまあげ さつまあげ	じゃがいも さとう ごまあぶら	こんにゃく だけのこ にんじん ごぼう ほししいたけ サやいんげん				
26	木		こまつなとだいすのおかかあえ	だいす かつおぶし	さとう	こまつな もやし にんじん はくさい	582	23.4		
			6-4 春待ち 和ごころランチ							
			ごはん	ごはん						
27	金		ぶたにくのしぐれに	ぶたにく	さとう はちみつ	たまねぎ しょうが	540	25.0		
			キャベツのこんぶあえ	ちくわ こんぶ	ごま	キャベツ ほうれんそう				
			かきたまじる	とうふ たまご	じゃがいも でんぶん	たまねぎ にんじん えのきたけ ねぎ				
			コッペパン	コッペパン						
			さかなのホワイトソースかけ	ホキ ぎゅうにゅう なまクリーム	こむぎこ あぶら バター	たまねぎ バセリ マッシュルーム				
			あつくもえろCスープ	ワインソーセージ しらすぼし	じゃがいも あぶら	たまねぎ にんじん キャベツ しめじ トマト				

* 物資の都合により、献立を変更することがあります。