





















学校給食献立表

2月

府中町立府中央小学校

にち	ようび	の み も	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 しつ (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		
			きなこだいず	だいず 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 チンゲンサイ 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	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		
			ゆでブロッコリー			ブロッコリー		
			ぐさいゴロゴロみそしる	とうふ あぶらあげ みそ かまぼこ わかめ	じゃがいも	えのきたけ にんじん だいこん もやし ねぎ		
6	金		お話し給食の日	コッペパン	コッペパン		577	24.2
			ポークビーンズ	だいず ぶたにく	じゃがいも さとう	たまねぎ にんじん にんにく さやいんげん		
			チーズサラダ	チーズ	べにばなあぶら 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	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 ぶ	たまねぎ にんじん えのきたけ チンゲンサイ		
10	火		広島県の郷土料理	ちゅうかおこわ	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	541	20.2
			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		
			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	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		
			からだかあたまる さつまいものとしる	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		
13	金		コッペパン	コッペパン	コッペパン		562	23.8
			やさいのクリームに	ぶたにく ぎゅうにゅう チーズ しろう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	ブロッコリー たまねぎ にんじん ほうれんそう		
			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 こまあぶら	きりぼしだいこん にんじん キャベツ		
16	月		ごはん	ごはん	ごはん		582	19.9
			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 にんにく		
			ゆでキャベツ			キャベツ にんじん		
			しらたきのきんぴら	ぶたにく さつまあげ	こまあぶら さとう	にんにく しょうが しらすだき にんじん さやいんげん ごぼう		
17	火		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	キャベツ にんじん たまねぎ えだまめ トマト	509	20.5
			れんこんのマヨネーズあえ	ロースハム しらすぼし	ごま さとう マヨネーズ	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 こまあぶら	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	にんにく レモン		
			ゆでブロッコリー			ブロッコリー		
19	木		わかめスープ	わかめ とうふ	ごま こまあぶら	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	にんにく しょうが にんじん たけのこ はくさい たまねぎ チンゲンサイ エリンギ		
20	金		マロニーのずのもの	たまご	マロニー さとう こまあぶら	ほうれんそう みずな もやし	606	25.3
			6-2 五感で感じる!! 彩り給食!!					
24	火		きなこパン	きなこ	コッペパン さとう あぶら		566	22.2
			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		
			わかめとツナのサラダ	まぐろのみずに わかめ	ごま こまあぶら さとう	だいこん こまつな キャベツ		
25	水		やきそば	ぶたにく あおりの 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	520	20.3
			ひじきのマリネ	ひじき ロースハム	さとう べにばなあぶら	にんじん ほうれんそう		
			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			
26	木		ごはん	ごはん	ごはん		582	23.4
			ちくぜんに	とりにく なまあげ さつまあげ	じゃがいも さとう こまあぶら	こんにゃく たけのこ にんじん ごぼう ほししいたけ さやいんげん		
			こまつなだいずのおかかあえ	だいず かつおぶし	さとう	こまつな もやし にんじん はくさい		
27	金		6-4 春待ち 和ごころランチ				540	25.0
			ごはん	ごはん	ごはん			
			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		
			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		
27	金		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	540	25.0
			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 パター	たまねぎ パセリ マッシュルーム		
27	金		あつくもえろCスープ	ウィンナーソーセージ 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。