









































2月 給食献立表

R7年度 尾鷲市学校給食センター

日	曜	献立名	おもに熱や力になる    	おもに体をつくる    	おもに体の調子を整える     
2	月	  ポークシチュー ツナサラダ	ごはん ジャがいも あぶら シチュールウ エッグケアマヨネーズ	ぎゅうにゅう ぶたにく ツナ	たまねぎ にんじん キャベツ きゅうり にんじん
3	火	  春巻き パンバンジー風サラダ チンゲンサイのスープ 福豆	ごはん あぶら ドレッシング はるさめ ごまあぶら 	ヨーグルト はるまき ささみチャンク ぶたにく	キャベツ きゅうり もやし にんじん たまねぎ チンゲンサイ えのき
4	水	  ビビンバ ねぎごまスープ	ごはん こんにゃく あぶら さとう はるさめ ごま ごまあぶら	ぎゅうにゅう ぶたにく ぶたにく	もやし こまつな にんにく にんじん キャベツ にんじん しょうが ねぎ
5	木	尾鷲神社祭礼 			
6	金	  カレー フルーツヨーグルト 福神漬け	ごはん ジャがいも あぶら カレールー ゼリー	ぎゅうにゅう ぶたにく ヨーグルト 	にんにく たまねぎ にんじん パインかん みかんかん ももかん ふくじんづけ
9	月	  ビラフ 大根サラダ 豆スープ	ごはん パター ドレッシング	ぎゅうにゅう ウィナー ツナ かつおぶし だいす ぶたにく	たまねぎ にんじん エリンギ だいこん きゅうり にんじん にんじん たまねぎ ねぎ
10	火	  白身魚フライ ごま酢和え 豚汁	ごはん あぶら ごま さとう	ヨーグルト しろみさかなフライ ちくわ あぶらあげ ぶたにく みそ	もやし にんじん きゅうり ごぼう にんじん だいこん ねぎ
11	水	建国記念の日 			
12	木	  だいこんのそぼろ煮 野菜豆腐ナゲット ゆかりキャベツ	ごはん こんにゃく さとう かたくりこ あぶら	のむヨーグルト とりにく やさいうらなゲット	だいこん にんじん キャベツ ゆかりこ
13	金	  ドライカレー コンソメスープ	ごはん あぶら さとう	ぎゅうにゅう ぶたにく ベーコン	たまねぎ にんじん しょうが にんにく キャベツ にんじん たまねぎ
16	月	  すき焼き風煮 シューマイ 味かつお	ごはん こんにゃく あぶら さとう	ぎゅうにゅう ぶたにく あつあげ シューマイ ふりかけ	にんじん はくさい しめじ ねぎ しろねぎ
17	火	  あげきョウザ ポテトサラダ すまし汁	ごはん あぶら ジャがいも エッグケアマヨネーズ	ヨーグルト ぎょうざ ロースハム わかめ	きゅうり にんじん たまねぎ えのき
18	水	  五目ごはん こまつなのみそ汁 マカロニサラダ	ごはん マカロニ エッグケアマヨネーズ	ぎゅうにゅう とりにく あぶらあげ みそ ロースハム	ほししいたけ にんじん ねぎ こまつな たまねぎ えのき きゅうり にんじん
19	木	  ささみの甘酢あん ブロッコリーのおかか和え ワンタンスープ	ごはん かたくりこ あぶら さとう ワンタンメン	のむヨーグルト ささみ かつおぶし ぶたにく	しょうが キャベツ ブロッコリー たまねぎ にんじん ねぎ もやし
20	金	  なめしごはん 五目うどん 野菜のかき揚げ	ごはん うどん あぶら	ぎゅうにゅう あぶらあげ とりにく	なめしごはんのもと ねぎ にんじん たまねぎ やさいかき揚げ
23	月	天皇誕生日 			
24	火	  チキンカレー フルーツミックス 福神漬け	ごはん ジャがいも あぶら カレールー ゼリー	ヨーグルト とりにく	たまねぎ にんじん にんにく ももかん みかんかん パインかん ふくじんづけ
25	水	  ベンネのミートソース 和風サラダ 味かつお	ごはん あぶら ベンネ さとう ドレッシング	ぎゅうにゅう ぶたにく ツナ ふりかけ	にんじん たまねぎ エリンギ トマトみずに だいこん きゅうり にんじん とうもろこし
26	木	  鯛の照り焼き ごま和え みそ汁	ごはん さとう かたくりこ ごあ さとう	のむヨーグルト たい わかめ みそ	キャベツ きゅうり にんじん だいこん えのき
27	金	  コロッケ バリバリサラダ ABCマカロニスープ	ごはん あぶら ポテトチップス ドレッシング マカロニ	ぎゅうにゅう コロッケ ベーコン	キャベツ きゅうり とうもろこし にんじん たまねぎ にんじん

◆ 食材の都合により献立を変更することがあります。ご了承ください。