



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 ジャガイモ 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 だいす	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 ジャガイモ あぶら カレールウ 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 ちちかん ふくじんづけ
9	月	ピラフ 大根サラダ 豆スープ	ごはん バター ドレッシング	ぎゅうにゅう ウインナー 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 やさいとうふナゲット	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 ぶりかけ	にんじん はくさい しめじ ねぎ しろねぎ
17	火	あげギョウザ ボテトサラダ すまし汁	ごはん あぶら じゃがいも 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	ほししいだけ 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 プ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	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 プロッコリー たまねぎ にんじん ねぎ もやし
20	金	なめしこはん 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	なめしこはんのもと ねぎ にんじん たまねぎ やさいかきあげ
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 ジャガイモ 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 ぶりかけ	にんじん たまねぎ エリンギ トマトみすゞ 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。