

長子配布

令和4年度

2月学校給食献立表

今月の給食目標：【栄養を考えて食べよう】

橘小学校

日付 曜日	献立名	おもにからだをつくる(赤)		おもに体の調子を整える(緑)		おもにエネルギーのもとになる(黄)		調味料(その他)	エネルギー (Kcal)	たんぱく質 (g)	塩分 (g)
		たんぱく質	無機質	ビタミン		炭水化物	脂質				
		魚・肉・卵・大豆製品	牛乳・小魚・海藻	色の濃い野菜	色の薄い野菜・きのこ・果物	穀類・いも類・砂糖	油脂・種実				
1月	牛乳		ぎゅうにゅう								
	ごはん					こめ					
	わかきのこ入り根菜汁	とりにく あぶらあげ		にんじん ねぎ	だいこん ごぼう わかきのこ たまねぎ			いりこ かつお しょうゆ しお さけ みりん	649	27.2	1.4
	ホークピカタ	ぶたにく たまご		パセリ		ごむぎこ	マヨネーズ	しお こしょう さけ カレーこ			
2月	牛乳		ぎゅうにゅう								
	ごはん					こめ					
	鮎とほうれん草のみそ汁	あぶらあげ みそ		にんじん ほうれん草	たまねぎ しめじ	ふ		いりこ さけ	655	27.9	2.6
	いわしの竜田揚げ	いわし			しょうが	さとう でんぶん	あぶら	しょうゆ みりん さけ			
3月	牛乳		ぎゅうにゅう								
	ミルクパン					ミルクパン					
	皿うどん (揚げ麺)	ぶたにく かまぼこ		にんじん ねぎ	たまねぎ キャベツ もやし	ごむぎこ	あぶら	しょうゆ こしょう カラスープ タイロントシ	819	31.0	2.6
	まめまめサラダ				きゅうり とうもろこし えだまめ	かたくりこ	あぶら	しょうゆ しお			
4月	牛乳		ぎゅうにゅう								
	ミルパン					ミルパン					
	皿うどん (揚げ麺)	ぶたにく かまぼこ		にんじん ねぎ	たまねぎ キャベツ もやし	ごむぎこ	あぶら	しょうゆ こしょう カラスープ タイロントシ	819	31.0	2.6
	まめまめサラダ				きゅうり とうもろこし えだまめ	かたくりこ	あぶら	しょうゆ しお			
5月	牛乳		ぎゅうにゅう								
	ミルパン					ミルパン					
	皿うどん (揚げ麺)	ぶたにく かまぼこ		にんじん ねぎ	たまねぎ キャベツ もやし	ごむぎこ	あぶら	しょうゆ こしょう カラスープ タイロントシ	819	31.0	2.6
	まめまめサラダ				きゅうり とうもろこし えだまめ	かたくりこ	あぶら	しょうゆ しお			
6月	牛乳		ぎゅうにゅう								
	ミルパン					ミルパン					
	皿うどん (揚げ麺)	ぶたにく かまぼこ		にんじん ねぎ	たまねぎ キャベツ もやし	ごむぎこ	あぶら	しょうゆ こしょう カラスープ タイロントシ	819	31.0	2.6
	まめまめサラダ				きゅうり とうもろこし えだまめ	かたくりこ	あぶら	しょうゆ しお			
7月	牛乳		ぎゅうにゅう								
	ミルパン					ミルパン					
	皿うどん (揚げ麺)	ぶたにく かまぼこ		にんじん ねぎ	たまねぎ キャベツ もやし	ごむぎこ	あぶら	しょうゆ こしょう カラスープ タイロントシ	819	31.0	2.6
	まめまめサラダ				きゅうり とうもろこし えだまめ	かたくりこ	あぶら	しょうゆ しお			
8月	牛乳		ぎゅうにゅう								
	ミルパン					ミルパン					
	皿うどん (揚げ麺)	ぶたにく かまぼこ		にんじん ねぎ	たまねぎ キャベツ もやし	ごむぎこ	あぶら	しょうゆ こしょう カラスープ タイロントシ	819	31.0	2.6
	まめまめサラダ				きゅうり とうもろこし えだまめ	かたくりこ	あぶら	しょうゆ しお			
9月	牛乳		ぎゅうにゅう								
	ミルパン					ミルパン					
	皿うどん (揚げ麺)	ぶたにく かまぼこ		にんじん ねぎ	たまねぎ キャベツ もやし	ごむぎこ	あぶら	しょうゆ こしょう カラスープ タイロントシ	819	31.0	2.6
	まめまめサラダ				きゅうり とうもろこし えだまめ	かたくりこ	あぶら	しょうゆ しお			
10月	牛乳		ぎゅうにゅう								
	ミルパン					ミルパン					
	皿うどん (揚げ麺)	ぶたにく かまぼこ		にんじん ねぎ	たまねぎ キャベツ もやし	ごむぎこ	あぶら	しょうゆ こしょう カラスープ タイロントシ	819	31.0	2.6
	まめまめサラダ				きゅうり とうもろこし えだまめ	かたくりこ	あぶら	しょうゆ しお			

代休

どうして節分に豆をまくの？

五穀のうちの一つで重要な穀物である豆には、昔から霊力があると信じられていました。そのため、災いや病気などの目に見えないものを鬼という形にあらわして豆をまき、邪気を追いはらって福を呼び込んだそうです。節分の日、ご家庭で豆まきをしたり、いり豆を食べたりしてみませんか？

今月の行事

節分



長子配布

令和4年度

2月学校給食献立表

今月の給食目標：【栄養を考えて食べよう】

橘小学校

日付 曜日	献立名	おもにからだをつくる(赤)		おもに体の調子を整える(緑)		おもにエネルギーのもとになる(黄)		調味料(その他)	エネルギー (Kcal)	たんぱく質 (g)	塩分 (g)
		たんぱく質	無機質	ビタミン		炭水化物	脂質				
		魚・肉・卵・大豆製品	牛乳・小魚・海藻	色の濃い野菜	色の薄い野菜・きのこ・果物	穀類・いも類・砂糖	油脂・種実				
13月	牛乳		ぎゅうにゅう								
	ごはん					ごめ					
	わかめと豆腐のすまし汁	とうふ	わかめ	にんじん ねぎ	たまねぎ えのきたけ			いりこ さけ しょうゆ しお	626	25.6	2.6
14月	サーモンの塩の香チーズフライ	カラフトマス	チーズ あおさ			パンこ 小麦粉こ	あぶら	しお			
	おかか和え	かつおぶし		にんじん	もやし きゅうり	さとう		しょうゆ みりん			
	牛乳		ぎゅうにゅう								
15月	ごはん					ごめ むぎ					
	ポークカレー	ぶたにく	スキムミルク	にんじん ブロッコリー	たまねぎ にんにく しょうが	じゃがいも こくとう	あぶら	しお さけ アボガド マヨネーズ しょうゆ しょう油	773	24.8	2.6
	野菜とハムのサラダ	ハム		にんじん	もやし きゅうり とうもろこし レモン	さとう	オリーブゆ	ごま しょうゆ			
16月	手作りココアプリン		きゅうにゅう		いちご	さとう		ココア しお			
	牛乳		ぎゅうにゅう								
	ごはん					ごめ					
17月	しょうががわり根菜みそ汁	とうふ みそ		にんじん ねぎ	しょうが ごぼう だいこん れんこん			いりこ	600	27.8	2.7
	鯉の照り焼き	あじ			しょうが	さとう		さけ みりん しょうゆ			
	ごま酢和え	ちくわ		にんじん	キャベツ きゅうり きりぼしだいこん	さとう	ごま	ず しょうゆ しお			
18月	牛乳		ぎゅうにゅう								
	ごはん					ごめ					
	かきたま汁	たまご		にんじん ごまつな	たまねぎ えのきたけ	かたくりこ		いりこ しょうゆ しお さけ みりん	675	25.5	2.0
19月	焼肉炒め	ぎゅうにく		ピーマン	たまねぎ もやし にんにく しょうが	かたくりこ	あぶら	じょうゆ みりん きりぼしだいこん			
	ごぶきいも			にんじん パセリ	えだまめ とうもろこし	じゃがいも	オリーブゆ	しお ごしょう			
	牛乳		ぎゅうにゅう	6ねんせいおめでとうきゅうしょく							
20月	コッペパン					コッペパン					
	バスタースープ	ウインナー		にんじん パセリ	たまねぎ キャベツ	マカロニ	オリーブゆ	しょうゆ しお マヨネーズ	617	26.5	2.5
	ハンバーグ(デミグラスソース)	ぎゅうにく ぶたにく	ぎゅうにゅう		たまねぎ	さとう パンこ		しょうゆ しお マヨネーズ			
21月	やさいサラダ			にんじん	キャベツ きゅうり とうもろこし		ドレッシング	しょうゆ しお マヨネーズ			
	クリームブッセ	たまご	クリームチーズ								
	牛乳		ぎゅうにゅう								
22月	高菜ごはん	ぶたにく		たかな	とうもろこし	ごめ さとう	あぶら	しお しょうゆ さけ みりん とうがらし	620	21.3	2.5
	太平燕	鶏肉 かつお しょうゆ		にんじん ねぎ	きくらげ キャベツ たまねぎ	はるさめ	あぶら	さけ しお マヨネーズ			
	れんこんのごまマヨ和え	ハム		にんじん	れんこん きゅうり	さとう	ごま マヨネーズ	しょうゆ しお			
23月	いよかん				いよかん						
	牛乳		ぎゅうにゅう	にほんのあじめぐり ～かがやけん～							
	ご飯					ごめ					
24月	打ち込み汁	あぶらあげ みそ		にんじん ねぎ	だいこん ごぼう ほししいたけ	さといも うどん		いりこ	638	26.3	2.3
	鯉の幽庵焼き	さば			ゆず			さけ みりん しお しょうゆ			
	昆布和え		しおこんぶ	にんじん	はくさい きゅうり			しょうゆ			
25月	牛乳		ぎゅうにゅう								
	ごはん					ごめ					
	けんちん汁	とりにく あつあげ		にんじん ねぎ	ごぼう だいこん ほししいたけ こんにゃく		あぶら	いりこ しょうゆ さけ しお みりん	619	25.2	1.8
26月	ギョロツケ	しろみざかなすりみ		さやいんげん にんじん	たまねぎ キャベツ	パンこ かたくりこ	あぶら	カレーこ			
	三色和え	かまぼこ		ピーマン	もやし きゅうり	さとう	ごま ごまあぶら	しょうゆ			
	牛乳		ぎゅうにゅう								
27月 天皇誕生日											
28月	牛乳		ぎゅうにゅう								
	ミルクパン					ミルクパン					
	ウインナーと豆のスープ	ウインナー		にんじん パセリ	たまねぎ キャベツ		オリーブゆ	しょうゆ しお マヨネーズ	610	29.1	3.3
29月	鶏肉とほうれんそうのグラタン	とりにく	ぎゅうにゅう チーズ	ほうれんそう	たまねぎ しめじ	ごむぎこ	バター	しょうゆ しお マヨネーズ			
	ツナと野菜のサラダ	まぐろみずに		にんじん	キャベツ きゅうり とうもろこし		ドレッシング	しょうゆ しお マヨネーズ			
	牛乳		ぎゅうにゅう								
30月	れんこん入りチャーハン	ぶたにく		ねぎ	たまねぎ ほししいたけ れんこん		あぶら ごまあぶら	しょうゆ しお マヨネーズ	708	28.0	2.4
	もずくスープ	とりにく とうふ	もずく	ねぎ にんじん	たまねぎ えのきたけ			しょうゆ しお マヨネーズ			
	かみかみサラダ	さきいか たこ だいず		にんじん	きりぼしだいこん きゅうり レモン	さとう	あぶら	しょうゆ しお マヨネーズ			
31月	ストロベリーカスタード	たまご	ストロベリーソース		いちご	ごむぎこ さとう	マーガリン	しお			
	牛乳		ぎゅうにゅう	かみかみメニュー							
	ごはん					ごめ					
32月	親子煮	たまご とりにく		にんじん ねぎ	たまねぎ ほししいたけ	さとう マロニー	あぶら	いりこ しょうゆ しお さけ みりん	664	34.8	2.2
	いりこビーンス	だいず	いりこ			さとう		しょうゆ みりん			
	しそひじき和え		ひじき	ほうれんそう にんじん しそみ	もやし キャベツ きゅうり	さとう		しょうゆ			
33月	ミルク					さとう		コーヒー しお			

☆2月17日は、「6年生おめでとう給食」です。6年生のみ下記のメニューになります。

17月	牛乳		ぎゅうにゅう	6ねんせいおめでとうきゅうしょく							
	クロワッサン					クロワッサン					
	バスタースープ	ウインナー		にんじん パセリ	たまねぎ キャベツ	マカロニ	オリーブゆ	しょうゆ しお マヨネーズ			
18月	ハンバーグ(デミグラスソース)	ぎゅうにく ぶたにく	ぎゅうにゅう		たまねぎ	さとう パンこ		しょうゆ しお マヨネーズ			
	トンカツ	ぶたにく たまご	にゅうせいひん			さとう	あぶら	しょうゆ しお			
	フライドポテト			にんじん	キャベツ きゅうり とうもろこし		じゃがいも	あぶら			
19月	やさいサラダ						ドレッシング				
	ショコラケーキまたは	たまご	にゅう		いちご	ごむぎこ さとう	あぶら マーガリン	チョコレート ココア			
	ショートケーキ	たまご だいず ゼラチン	クリーム		いちご	ごむぎこ さとう	マーガリン				