



2月学校給食献立表



- ① 県内の消費者と生産者が今まで以上にいい関係になる
- ② Eat more Aichi products (イート モア アイチ プロダクツ) もっと愛知県産品を食べよう (利用しよう)

(2024年)この献立表にはすべての材料を記載していません。食物アレルギーの対応は詳細な献立表にて確認してください。小牧市教育委員会

節分献立

日曜	献立名	おもな材料名					
		おもに体をつくるもとになるもの		おもに体の調子を整えるもとになるもの		おもにエネルギーのもとになるもの	
		1群 魚・肉・卵・大豆・大豆製品	2群 牛乳・小魚・海藻	3群 緑黄色野菜	4群 その他の野菜・きのこ・果物	5群 穀類・いも類・さとう	6群 油脂・種実類
1 木	ごはん 牛乳 たまねぎのすまし汁 うの花コロッケ ひじきの和風マリネ ココア牛乳のもと	鶏肉 油揚げ かまぼこ おから 牛肉	牛乳	にんじん みつば	たまねぎ えのきたけ たまねぎ キャベツ	米 でんぶん じゃがいも パン粉 さとう さとう ココア牛乳のもと	油 油 ごま油
2 金	ごはん 牛乳 みそ汁 いわしのかば焼き おとしこしの煮もの 節分豆	豚肉 豆腐 油揚げ みそ いわし	牛乳 わかめ	にんじん	はくさい たまねぎ ねぎ しょうが ごぼう だいこん	米 米粉 でんぶん さとう さといも さとう	油 油
5 月	ごはん 牛乳 キムチ汁 にしんのいそべフライ ◇コーンポテト	鶏団子 豆腐 にしん	牛乳	にら	白菜キムチ キャベツ えのきたけ ごぼう コーン	米 はるさめ パン粉 小麦粉 じゃがいも	油 油
6 火	①わかめごはん 牛乳 ②ごもくごはん 牛乳 真だくさん汁 レバー入り白ごまつくね ファイバーヨーグルト	鶏肉 油揚げ 豚肉 生揚げ みそ 鶏肉 鶏レバー	牛乳 わかめ 牛乳	にんじん にんじん	ごぼう 干しいたけ こんにやく だいこん ねぎ たまねぎ	米 アルファ化米 アルファ化もち米 さとう じゃがいも パン粉 でんぶん さとう	油 油 ごま油
7 水	中華めん 牛乳 塩ラーメン 揚げぎょうざ フルーツゼリーあえ	豚肉 なんと 豚肉	牛乳	にんじん にら	もやし ねぎ キャベツ キャベツ たまねぎ しょうが パイン もも	中華めん	油 油
8 木	ごはん 牛乳 お事汁 さばの香味焼き 野菜のごまあえ	みそ さば	牛乳	にんじん	だいこん ごぼう こんにやく ねぎ ねぎ しょうが	米 さといも 小豆 さとう でんぶん さとう	油 ごま
9 金	りんごパン 牛乳 ③かぼちゃニョッキの豆乳クリームスープ ウインナー 花野菜サラダ	ウインナー まぐろ油漬け	牛乳 豆乳	にんじん かぼちゃ	だいこん コーン	りんごパン ニョッキ 小麦粉	マーガリン
13 火	ごはん 牛乳 マーボー豆腐 揚げやさいしゅうまい はるさめサラダ	豆腐 豚肉 豚レバー 大豆 みそ 鶏肉 豚肉	牛乳	にんじん にんじん にんじん	ねぎ たまねぎ しょうが にんにく コーン たまねぎ しょうが きゅうり コーン	米 さとう でんぶん パン粉 小麦粉 さとう マロニー さとう	油 油 油
14 水	ソフトめん 牛乳 野菜あんかけめん 海藻入りはんぺん 杏仁豆腐	豚肉 魚肉すり身	牛乳 わかめ	にんじん	たまねぎ はくさい たけのこ ねぎ 干しいたけ しょうが たまねぎ もも パイン	ソフトめん さとう でんぶん でんぶん さとう 杏仁豆腐 いちごゼリー	油 油
15 木	ごはん 牛乳 さわにわん 鶏肉のからあげ 糸寒天サラダ	豚肉 かまぼこ 豆腐 鶏肉	牛乳	にんじん こまつな	たけのこ えのきたけ ごぼう しょうが にんにく キャベツ	米 でんぶん さとう	油 ごま油
16 金	④揚げパン 牛乳 ⑤ロールパン 牛乳 ほたて入りポトフ 煮込みハンバーグ プリン(卵・乳・大豆不使用)	ウインナー ほたて 鶏肉 豚肉	牛乳 牛乳	にんじん	だいこん たまねぎ たまねぎ にんにく しょうが	パン さとう パン じゃがいも さとう さとう	油 油 油
19 月	麦ごはん 牛乳 中華コーンスープ ◇ヒビンバ いよかん	鶏肉 豆腐 豚肉	牛乳 糸寒天	にんじん にんじん ほうれんそう	コーン たまねぎ しめじ にんにく しょうが 大豆もやし いよかん	米 麦 でんぶん さとう	油 ごま油
20 火	ごはん 牛乳 ◇肉じゃが さわらの塩こうじ焼き 切り干しだいこんのはりほり漬け 味付けのり	豚肉 さわら	牛乳	にんじん	たまねぎ こんにやく 切り干しだいこん	米 じゃがいも さとう 米 さとう	油
21 水	⑥ごもくごはん 牛乳 ⑦わかめごはん 牛乳 豆乳入り白みそ汁 キャベツ入りメンチカツ グレーゼリー	鶏肉 油揚げ 豚肉 豆腐 豆乳 みそ 鶏肉 豚肉	のり 牛乳 牛乳 わかめ	にんじん	ごぼう 干しいたけ こんにやく はくさい こんにやく ねぎ キャベツ たまねぎ ぶどう果汁	アルファ化米 アルファ化もち米 さとう 米 さとう さとう	油 油
22 木	ごはん 牛乳 かきたま汁 白身魚の甘酢あんかけ きんぴらごぼう	鶏肉 豆腐 かまぼこ 鶏卵 たら ちくわ	牛乳	にんじん みつば	たまねぎ たまねぎ えだまめ ごぼう	米 でんぶん 米粉 さとう でんぶん さとう	油 油 ごま ごま油
26 月	ごはん 牛乳 真汁 いかカツ 海藻サラダ ⑧角チーズ	豚肉 大豆 豆腐 油揚げ みそ いか まぐろ油漬け	牛乳 わかめ	にんじん	だいこん ねぎ 切り干しだいこん キャベツ	米 でんぶん 米粉 さとう でんぶん さとう	油 油 ごま油
27 火	ごはん 牛乳 ひきずり たら銀紙焼き 三色いため コービー牛乳のもと	鶏肉 かまぼこ 生揚げ すけそうたら みそ	牛乳	にんじん	ねぎ はくさい こんにやく 干しいたけ キャベツ コーン	米 かくふ さとう さとう でんぶん	油 ドレッシング
28 水	白玉うどん 牛乳 みそ煮込みうどん ねぎ玉焼き ほうれんそうのツチあえ 麦ごはん 牛乳 根菜カレー	鶏肉 かまぼこ 油揚げ みそ 鶏卵 まぐろ油漬け	牛乳	にんじん	はくさい たまねぎ えのきたけ ねぎ ねぎ もやし	さとう でんぶん さとう 米 麦 じゃがいも カレールウ 小麦粉 パン粉 さとう	油 油
29 木	ごはん 牛乳 コーンフライ わかめのざっぱりあえ	豚肉	牛乳	にんじん	れんこん たまねぎ にんにく コーン きゅうり	米 じゃがいも カレールウ 小麦粉 パン粉 さとう さとう	油 油

付記 材料の都合により一部変更する場合があります。

④は小学校 ⑤は中学校

⑨日(金)「かぼちゃニョッキの豆乳クリームスープ」は令和4年度 応時中学校 生徒 河村 早希さんの応募献立を参考にしました。

◇中学3年生リクエスト給食

給食回数 ④⑤19回

※はしは毎日持ってきてください。

※学校給食のごはんは愛知県産米「あいちのかおり」を使用しています。

初めての食材でアレルギー症状が起きる場合があります。食材のことなどを確認したい場合は、お気軽に学校へご相談ください。詳しい資料をお渡しするか、ご希望の方には担当栄養士がわかりやすくご説明いたします。

携帯電話用ホームページ



給食とSDGs ～身近な給食で考えよう～ ～2月「郷土料理」

「郷土料理」は、各地域の産物を上手に活用して、風土にあった食べ物として作られ、食べられてきました。それぞれの気候や地形に適した保存法や料理法で作られた、知恵と工夫がいっぱい詰まった郷土料理は、おいしさはもちろん、地域の誇りとも言えます。



毎月19日は「食育の日～おうちでごはんの日～」です。

「食育」とは、食べ物に興味をもち、食について学ぶことです。この日は、「家族といっしょに家でごはんを食べましょう」との願いからつくられました。

～朝食に野菜も食べよう!～

8日(木)の給食献立です。

★野菜のごまあえ★

(材料)4人分

- もやし……………120g
- にんじん……………1/3本
- ささみ油漬け……………90g
- めかぶ……………30g
- しょうゆ……………大さじ1
- さとう……………小さじ1
- すりごま……………大さじ1

作り方

- ①にんじんは短冊切り、めかぶは細切りに切る。
- ②①ともやしを熱湯でゆでて、水気をきる。
- ③ボウルに②とささみ油漬け、しょうゆ、さとう、ごまを入れてよく混ぜ合わせて、器に盛りつけて完成!

調味料を除く副食(おかず・デザート)にアレルギー特定原材料(卵、乳、小麦、えび、かに、落花生、そば)を含まない献立を月に1回程度作成しています。(詳細な献立表に記載してあります)