



2月の予定献立表

一宮町立東浪見小学校

日 曜	主 食	牛乳	副食・デザート	主 な 材 料 と 働 き			熱 量	脂 肪	備 考
				力や熱となる	血や肉となる	体の調子を整える			
1 木	ごはん	○	とうふハンバーグおろしソース ごまあえ ピリからみそしる	こめ さとう あぶら	ぎゅうにゅう とうふ ぶたにく	だいこん こまつな もやし にんじん こんにゃく ねぎ ごま さといも しいたけ にんにく しょうが	644	21.1	
2 金	ごはん	○	いわしのしょうがに せつぶんデザート ひじきとだいのいために なめこじる	こめ さとう あぶら	ぎゅうにゅう だいず いわし あぶらあげ さつまあげ とうふ	ひじき にんじん いんげん こんにゃく なめこ ねぎ こまつな	664	19.7	
5 月	とりにくどん	○	こんさいきのこじる アセロラゼリー	こめ さとう あぶら さつまいも	ぎゅうにゅう とりにく あぶらあげ ぶたにく	たまねぎ いんげん しらたき さといも にんじん ごぼう だいこん こんにゃく	667	17.9	
6 火	ミートソース	○	トマトレサラダ ミニデザート	スパゲティ あぶら さとう	ぎゅうにゅう ハム ぶたにく こなチーズ	にんにく たまねぎ トマト キャベツ ★きゅうり コーン にんじん	695	21.2	
7 水	はちみつパン	○	スコッチエッグ ABCスープ チキンのコールスローサラダ	パン あぶら マカロニ	ぎゅうにゅう たまご とりにく ささみ ベーコン	キャベツ ★きゅうり コーン たまねぎ にんじん	648	23.5	
8 木	ごはん	○	サバねぎしおやき ちくぜんに とんじる	こめ あぶら さとう	ぎゅうにゅう サバ とりにく ぶたにく とうふ	ごぼう れんこん にんじん たけのこ しいたけ きぬさや こんにゃく さといも だいこん ねぎ	695	26.8	
9 金	こくとうパン	○	やさしいいろいろにくだんご ラタウイユ はくさいのスープ ブルーベリーゼリー	パン オリーブゆ マカロニ	ぎゅうにゅう ぶたにく ベーコン	にんにく たまねぎ にんじん セロリ なす かぼちゃ トマト はくさい えのき	620	22.1	
13 火	マーボーどん	○	だいこんサラダ あんにんどうふ	こめ ごまあぶら さとう かたくりこ あぶら	ぎゅうにゅう とうふ ぶたにく ハム	しょうが にんにく にんじん ねぎ しいたけ たけのこ ★きゅうり ほしぶどう ねぎ だいこん	682	22.3	
14 水	パレンタインこんだて サフランピラフ	○	のむヨーグルト ハートオムレツ レモンあえ ショコラパイ	こめ さとう サフランライス あぶら	のむヨーグルト えび とりにく たまご	たまねぎ にんじん キャベツ あかピーマン グリンピース ★きゅうり	633	15.7	
15 木	ごはん	○	ほっけのごまみそやき のつべいじる くきわかめのごもくきんびら ヨーグルトクレープ	こめ ごまあぶら あぶら さとう かたくりこ	ぎゅうにゅう ほっけ さつまあげ とりにく	くきわかめ ごぼう にんじん れんこん だいこん しいたけ こんにゃく さといも	642	20.6	
16 金	まるパン	○	ハムカツ ゴマネーズサラダ コロコロスープ	パン あぶら マヨネーズ じゃがいも	ぎゅうにゅう ハム とりにく ちくわ ひよこまめ	キャベツ ★きゅうり パセリ にんじん ごま たまねぎ	654	25	
19 月	せんせいリクエスト キムチごはん	○	きになるやさしいジュース ささみのレモンあげ ブロッコリーサラダ ストロベリーカスタードタルト	こめ さとう ごまあぶら あぶら かたくりこ マヨネーズ	ぎゅうにゅう ハム ぶたにく ささみ チーズ	しょうが にんじん キムチ ブロッコリー カリフラワー ごま ★きゅうり	685	22	
20 火	ごはん	○	サワラのレモンベツパーやき にくじゃが はくさいのみそしる	こめ あぶら じゃがいも さとう	ぎゅうにゅう サワラ ぶたにく あぶらあげ	にんじん たまねぎ しらたき グリンピース はくさい	640	18.4	
21 水	テーブルロール	○	トマトペンネ パリパリサラダ オレンジ	パン ベンネ あぶら さとう ごまあぶら カリタリア	ぎゅうにゅう ハム ベーコン こなチーズ	たまねぎ ★トマト にんにく パセリ キャベツ ★きゅうり にんじん オレンジ	620	21	
22 木	ねぎしおぶたどん	○	ワンタンスープ おこめのムース	こめ あぶら ごまあぶら	ぎゅうにゅう ぶたにく なると	しょうが にんにく ねぎ もやし ちんげんさい ごま にんじん たまねぎ きくらげ ほうれんそう	635	18.6	
26 月	ターメリックライス	○	ひきにくのドライカレー わふうツナサラダ とちおとめヨーグルト	こめ あぶら	ぎゅうにゅう ツナ ぶたにく ヨーグルト	にんにく しょうが たまねぎ ピーマン にんじん キャベツ ★きゅうり コーン	674	24.7	
27 火	ごはん	○	ブリのみそやき いらどり ニラたまスープ いやかんゼリー	こめ あぶら さとう	ぎゅうにゅう ブリ とりにく たまご とうふ	にんじん ごぼう しいたけ こんにゃく たけのこ なら グリンピース えのき たまねぎ	677	21.8	
28 水	ミルクロール	○	タンダリーチキン スパゲティサラダ キャベツスープ	パン スパゲティ マヨネーズ	ぎゅうにゅう ハム とりにく ヨーグルト ベーコン	にんにく しょうが にんじん ★きゅうり ほしぶどう キャベツ たまねぎ パセリ	618	25.6	
29 木	ごはん	○	ピピンパふうはるさめ ほうぎょうざ ちんげんさいのスープ	こめ あぶら はるさめ さとう ごまあぶら	ぎゅうにゅう ぶたにく ベーコン	にんにく にんじん ねぎ もやし ほうれんそう ちんげんさい えのき コーン	617	18.9	
エネルギー 650Kcal				たんぱく質 21.1g~32.5g	脂質 14.4g~21.6g	塩分 2.0g			

※ 都合により献立を変更することがあります。

★印がついている材料は、東浪見の地とれた野菜です。

学校給食用食材の放射性物質測定について

給食用食材における放射性物質検査結果については、一宮町役場ホームページの『一宮町放射性物質モニタリング情報

(<http://www.town.ichinomiyachiiba.jp/kinkyu/bohanbosai/1407.htm>)』内の『町立小中学校及び町立保育所(園)における、給食用食材の放射性物質測定値について』をご覧ください。

[給食用食材についてのお知らせ]

今月使用する主な食材の産地については下記のとおりです。仕入れの状況などにより変更になることもあります。

米：長生郡市 牛乳：千葉県 豚肉：千葉県 鶏肉：北海道、岩手県、青森県 小松菜：茨城県 もやし：千葉県 人参：北海道 大根：千葉県
 長葱：千葉県 にんにく：青森県 生姜：千葉県 なめこ：福島県 さつまいも：千葉県、茨城県 ごぼう：青森県、埼玉県 しめじ：群馬県
 キャベツ：千葉県 玉葱：北海道 蓮根：千葉県、茨城県 セロリ：長野県 なす：埼玉県 白菜：茨城県 えのき：長野県 には：千葉県
 赤ピーマン：韓国 じゃが芋：北海道 パセリ：千葉県、香川県 ピーマン：茨城県 青梗菜：茨城県