

# 2月のこんだてひょう

小学校

田村市学校給食センター

月	火	水 1	木 2【節分献立】	金 3
<p>節分の日献立があるよ。鬼の苦手ないわしや豆を使ったよ。</p>	<p>バレンタインにはチョコレートがつくよ。</p>	<p>ナムル やきギョウザ(幼小2、中3個)</p> <p>ちゅうかめん とんこつラーメンスープ</p>	<p>どうにゅうプリン</p> <p>だいちのまよあえ いわしのうめに</p> <p>むぎごはん みそけんちんじり</p>	<p>コーンサラダ てりやきチキン</p> <p>こくとうパン ポークビーンズ</p>
		<p>幼稚園 小学校 中学校</p> <p>483 676 843 21.6 30.5 37.2 12.6 21.2 22.9 2.5 3.4 3.9</p>	<p>幼稚園 小学校 中学校</p> <p>513 682 837 18.9 25.0 29.8 17.1 22.8 25.2 2.2 2.8 3.2</p>	<p>幼稚園 小学校 中学校</p> <p>499 696 849 19.3 26.5 32.0 18.0 24.9 29.1 2.4 3.0 3.9</p>
赤	牛乳、牛肉、豚肉、みそ	牛乳、鶏肉、わかめ、鶏肉	牛乳、鶏肉、厚焼き卵、焼き竹輪、かつお節	牛乳、照り焼きチキン、ベーコン、ミックスビーンズ
緑	たまねぎ、にんじん、にら、たけのこ、きくらげ、にんにく、キャベツ、きゅうり、コーン、もやし、わかづい、椎茸、はくさい	はるか(かんきつ)、チーズサラダ	えのきたけ、はくさい、にんじん、ねぎ、しいたけ、おしんぼ、もやし、キャベツ	たまねぎ、まいたけ、しょうが、おしんぼ、もやし、にんじん、だいこん、糸みつば、椎茸
黄	米、春雨、ごま油、上白糖、香子、マドレッシング、ワントン	米、麦、フルクトシドレッシング、じゃがいも、米油	ソフトめん、こんにやく、米油、上白糖、和風ドレッシング	米、麦、卵なしマゼン、じゃがいも、こんにやく、豆乳プリン
6【田村市献立】		7	8	9【田村市献立】
<p>ごまドレッシングサラダ チャブチエ</p> <p>ごはん みそワントンスープ</p>		<p>はるか(かんきつ) チーズサラダ</p> <p>チキンカレー</p>	<p>おかかあえ あつきたまご</p> <p>ソフトめん ふたすきうどんじり</p>	<p>じゅうねんあえ きゅうにくのしぐれに</p> <p>ごはん かきたまじり</p>
<p>幼稚園 小学校 中学校</p> <p>452 637 796 16.1 23.7 27.8 13.4 19.8 22.4 1.9 2.6 2.9</p>		<p>幼稚園 小学校 中学校</p> <p>473 659 818 13.5 19.8 23.2 13.1 19.4 21.6 2.3 3.0 3.4</p>	<p>幼稚園 小学校 中学校</p> <p>475 598 779 21.4 27.2 34.5 11.8 16.7 19.1 3.1 3.7 4.5</p>	<p>幼稚園 小学校 中学校</p> <p>412 589 738 18.1 25.5 30.0 12.1 18.0 20.3 2.0 2.7 3.3</p>
赤		牛乳、牛肉、豚肉、みそ	牛乳、鶏肉、厚焼き卵、焼き竹輪、かつお節	牛乳、牛肉、木綿豆腐、なると、卵
緑		たまねぎ、にんじん、にら、たけのこ、きくらげ、にんにく、キャベツ、きゅうり、コーン、もやし、わかづい、椎茸、はくさい	はるか(かんきつ)、キャベツ、にんじん、ブロッコリー、コーン、たまねぎ、しょうが、にんにく	たまねぎ、まいたけ、しょうが、おしんぼ、もやし、にんじん、だいこん、糸みつば、椎茸
黄		米、春雨、ごま油、上白糖、香子、マドレッシング、ワントン	米、麦、フルクトシドレッシング、じゃがいも、米油	米、麦、こんにやく、上白糖、えごま、かたくり粉
13		14【田村市献立】	15	16
<p>ごまあえ チキンのみそカツ</p> <p>ごはん しみとうふのみそじる</p>		<p>チョコレート</p> <p>スイートポテトサラダ ぶたにくのきのこソース</p> <p>ごはん ほうれんそうスープ</p>	<p>ブロッコリーサラダ オムレツ</p> <p>スパゲッティめん スパゲティナポリタンソース</p>	<p>なつとう</p> <p>いよかん にくじゃが</p> <p>むぎごはん はくさいのみそ汁</p>
<p>幼稚園 小学校 中学校</p> <p>463 621 782 17.5 23.1 27.5 13.8 18.3 21.1 2.5 3.3 3.8</p>		<p>幼稚園 小学校 中学校</p> <p>561 816 708 18.6 30.3 27.8 24.5 36.6 15.8 1.9 2.9 3.2</p>	<p>幼稚園 小学校 中学校</p> <p>539 677 874 20.5 26.5 33.0 17.2 23.2 26.8 2.2 2.9 3.3</p>	<p>幼稚園 小学校 中学校</p> <p>438 620 777 18.1 25.8 30.9 11.7 17.7 20.1 1.5 2.5 2.4</p>
赤		牛乳、子ネギカツ、豆みそ、わかめ、凍み豆腐、みそ	牛乳、豚肉、大豆、ハム、ベーコン	牛乳、豚肉、油揚げ、木綿豆腐、みそ、納豆
緑		おしんぼ、もやし、にんじん、はくさい、だいこん、ねぎ	たまねぎ、ぶなしめじ、えのき、椎茸、ゆめ、にんにく、キャベツ、にんじん、おしんぼ	いよかん、たまねぎ、にんじん、干し椎茸、インゲン、はくさい、だいこん
黄		米、大豆油、三温糖、白すりごま、ねりごま、上白糖、じゃがいも	米、三温糖、かたくり粉、さつまいも、卵なしマゼン、上白糖、じゃがいも、チョコレート	米、麦、じゃがいも、こんにやく、米油、上白糖
20【食育の日献立】		21	22	23
<p>ひじきのために あかうのさいきょうやき</p> <p>むぎごはん のつべいじり</p>		<p>キャベツのうましおサラダ とりにくのあげびたし</p> <p>ごはん わかめスープ</p>	<p>だいこんサラダ ショーロンポー(幼1、小中2個)</p> <p>ちゅうかめん みそラーメンスープ</p>	<p>天皇誕生日</p> <p>天皇誕生日</p>
<p>幼稚園 小学校 中学校</p> <p>391 550 698 18.7 24.4 29.1 8.7 13.4 14.8 1.7 2.3 2.7</p>		<p>幼稚園 小学校 中学校</p> <p>413 576 721 23.7 29.7 34.9 11.0 16.6 18.5 2.2 2.8 3.3</p>	<p>幼稚園 小学校 中学校</p> <p>515 637 856 21.1 27.0 34.9 13.4 18.2 22.3 3.0 3.8 4.6</p>	<p>幼稚園 小学校 中学校</p> <p>496 741 864 17.4 26.7 30.3 21.7 33.7 36.8 3.1 4.2 5.0</p>
赤		牛乳、赤魚西京漬、ひじき、大豆、油揚げ、鶏肉、豚肉	牛乳、鶏肉、わかめ、豚肉、木綿豆腐	牛乳、豚肉、みそ、かまぼこ、ショーロンポー
緑		にんじん、インゲン、だいこん、ねぎ、ごぼう、椎茸	しょうが、キャベツ、もやし、きゅうり、にんじん、チンゲン菜、ねぎ	キャベツ、もやし、にんじん、ねぎ、コーン、メンマ、にんにく、しょうが、だいこん
黄		米、麦、こんにやく、米油、上白糖、里芋、かたくり粉	米、大豆油、上白糖、香味塩ドレッシング、かたくり粉	中華麺、米油、和風ドレッシング
27【CA&かむ献立】		28【田村市献立】	24【田村市献立】	
<p>ソフトヨーグルト</p> <p>しおこんがぶあえ とりつくね</p> <p>ごはん みずなととうふのスープ</p>		<p>うなぎのタレ</p> <p>れんこんのきんぴら うなぎのかばやき</p> <p>むぎ たむらしみそじる</p>	<p>グリーンサラダ ポークウイナー</p> <p>ドッグパン さつまいものシチュー</p>	
<p>幼稚園 小学校 中学校</p> <p>537 691 841 21.5 27.3 31.4 17.0 21.6 24.2 1.8 2.2 2.6</p>		<p>幼稚園 小学校 中学校</p> <p>413 602 767 18.1 26.8 32.1 13.3 20.5 24.0 2.1 2.7 3.2</p>	<p>幼稚園 小学校 中学校</p> <p>496 741 864 17.4 26.7 30.3 21.7 33.7 36.8 3.1 4.2 5.0</p>	
赤		牛乳、発芽玄米入り平つくね、塩昆布、豚肉、木綿豆腐、ヨーグルト	牛乳、うなぎのかばやき、鶏肉、さつまいも、油揚げ、みそ	牛乳、ウイナー、鶏肉、生クリーム
緑		キャベツ、にんじん、もやし、水菜、ごぼう、椎茸	れんこん、にんじん、椎茸、はくさい、だいこん、ねぎ	ブロッコリー、キャベツ、にんじん、たまねぎ、マッシュルーム
黄		米、青じそドレッシング、ごま油、春雨	米、こんにやく、米油、上白糖、じゃがいも	パン、イロアドレッシング、さつまいも、バター

新入生体験入学  
保護者説明会  
のため  
全校生お弁当持参



今月の食育目標

日本の食文化を知ろう

ながい 長生きにきく!日本の伝統食材  
「まごわ(は)やさしい」

にほんで、むかしから  
たべられていたべもの  
なんじやよ。いま  
なつて、とてもか  
らだにいいことがわ  
かったんじや!

