



# 令和6年 学校給食2月分予定献立表



知多市立八幡給食センター

中学校

日	曜	献立名	主な材料とその働き						エネルギー (kcal)
			赤 体を作る		緑 体の調子を整える		黄 体を動かすエネルギーになる		
			1群	2群	3群	4群	5群	6群	
			魚・肉・卵・大豆・大豆製品	牛乳・乳製品・小魚・海藻	緑黄色野菜	その他の野菜・果物・きのこ	米・パン・めん・いも・砂糖	油脂・種実	たんぱく質 (g)
1	木	白飯 牛乳		牛乳			米		780
		肉ひじきごはんの具	豚肉	ひじき		グリーンピース にんにく	砂糖		
		さばの塩焼き	さば						35.3
		鶏団子汁	豆腐 鶏肉		にんじん ねぎ	玉ねぎ えのきたけ しょうが ねぎ	でんぷん		
2	金	麦ごはん 牛乳		牛乳			米 大麦		753
		いわしの揚げ煮	いわし				米粉 砂糖 でんぷん	油	
		なばなの和え物	ツナ		なばな	もやし コーン	砂糖		32.6
		けんちん汁	鶏肉 油揚げ 豆腐		にんじん ねぎ	大根 こんにゃく ねぎ	さといも でんぷん		
		節分豆	大豆						
5	月	麦ごはん 牛乳		牛乳			米 大麦		802
		カレーライス	豚肉	脱脂粉乳	にんじん	玉ねぎ グリンピース	じゃがいも	油	
		ハムサラダ	ハム			キャベツ きゅうり コーン		ノンエッグマヨネーズ	28.9
		福神漬け			しそ	だいこん かり なたね れんこん きゅうり しょうが なたまめ	砂糖		
		キャンディチーズ 3個		チーズ					
6	火	白飯 牛乳		牛乳			米		743
		しゅうまい 3個	豚肉			玉ねぎ しょうが	小麦粉 パン粉 でんぷん		
		切干大根の中華サラダ	ツナ		にんじん	切干しだいこん きゅうり	砂糖	ごま ごま油	33.2
		八宝湯	豚肉 いか えび		にんじん ねぎ	たけのこ はくさい 干しいたけ ねぎ	砂糖 でんぷん	油	
7	水	白飯 牛乳		牛乳			米		798
		キャベツ入りメンチカツ	牛肉 豚肉			キャベツ 玉ねぎ	小麦粉 パン粉 でんぷん	油 大豆油	
		ごもくきんぴら	鶏肉 さつまあげ		にんじん	ごぼう こんにゃく えだまめ	砂糖	ごま ごま油	29.5
		かきたま汁	卵 豆腐 かまぼこ		にんじん ねぎ	玉ねぎ 干しいたけ ねぎ	でんぷん		
8	木	白飯 牛乳		牛乳			米		761
		さばの銀紙焼き	さば みそ				米粉 砂糖		
		豚肉のすき焼き風煮	豚肉 かまぼこ 豆腐		にんじん ねぎ	こんにゃく 玉ねぎ ねぎ	砂糖	油	34.8
		ぼんかん				ぼんかん			
9	金	白飯 牛乳		牛乳			米		756
		鶏肉の生姜だれかけ	鶏肉			しょうが	砂糖		
		野菜とツナのあえもの	ツナ		小松菜 にんじん	キャベツ	砂糖		33.0
		呉汁	大豆 豆乳 豚肉 油揚げ みそ		にんじん ねぎ	ごぼう 大根 ねぎ			
13	火	白飯 牛乳		牛乳			米		800
		てりやきハンバーグ	鶏肉 豚肉			玉ねぎ	砂糖 でんぷん	大豆油	
		うずら卵入り関東煮	鶏肉 生揚げ うずら卵 さつまボール	こんぶ	にんじん	大根 こんにゃく	さといも		32.7
		キャベツのゆかりあえ			しそ	キャベツ			
14	水	ミルクロールパン 牛乳		牛乳			パン		867
		パンブキンハートコロッケ	鶏肉		かぼちゃ	玉ねぎ	小麦粉 パン粉 砂糖	油	
		ほたてのクリームシチュー	ほたて	牛乳 生クリーム	にんじん	玉ねぎ コーン グリンピース	じゃがいも 小麦粉	バター 油	37.2
		大根サラダ			にんじん	大根 きゅうり		ドレッシング	
15	木	麦ごはん 牛乳		牛乳			米 大麦		798
		焼きぎょうざ 3個	豚肉		にら	キャベツ 玉ねぎ	小麦粉 パン粉 でんぷん		
		マーボー豆腐	豆腐 豚肉 みそ		にんじん ねぎ	玉ねぎ しょうが ねぎ	砂糖 でんぷん	油 ごま油	31.1
		春雨とひじきの中華あえ		ひじき	小松菜		はるさめ 砂糖	ごま ごま油	
16	金	ソフトめん 牛乳		牛乳			ソフトめん		822
		ミートソースかけ	豚肉		にんじん トマト	玉ねぎ グリンピース	小麦粉	バター 油	
		オムレツ	卵				砂糖 でんぷん	大豆油	32.5
		コールスローサラダ			にんじん	コーン キャベツ		ドレッシング	

★次ページへ続きます。

日	曜	献立名	主な材料とその働き						エネルギー (kcal)	
			赤 体を作る		緑 体の調子を整える		黄 体を動かすエネルギーになる			
			1群	2群	3群	4群	5群	6群		
								たんぱく質 (g)		
19	月	白飯 牛乳		牛乳				米		752
		れんこんサンドフライ	鶏肉			れんこん 玉ねぎ 干しいたけ		小麦粉 パン粉 でんぷん	油	
		野菜のおかか和え	かつおぶし		小松菜 にんじん	はくさい		砂糖		
		豚汁	豚肉 豆腐 みそ		にんじん ねぎ	大根 ねぎ		さといも		
		愛知県産大豆の納豆	納豆							
20	火	白飯 牛乳		牛乳				米		778
		けんちんしのだのみそだれかけ	豆腐 油揚げ たら みそ	ひじき	にんじん			砂糖 でんぷん		
		じゃがいものそぼろ煮	鶏肉 さつまあげ		にんじん	玉ねぎ だけのこ しょうが グリーンピース 干しいた け		じゃがいも 砂糖 でんぷん	油	
		たくあんときゅうりの和え物				大根 きゅうり				
21	水	サンドイッチロールパン 牛乳		牛乳				パン		788
		フランクフルトの ケチャップソースかけ	フランクフルト					砂糖 でんぷん		
		キャベツのソテー			にんじん	キャベツ			油	
		野菜のスープ煮	豚肉		にんじん	玉ねぎ コーン		じゃがいも		
		ヨーグルト		ヨーグルト						
22	木	白飯 牛乳		牛乳				米		773
		ぶりの竜田揚げ	ぶり					でんぷん	油	
		小松菜とツナのごまあえ	ツナ		小松菜 にんじん	もやし		砂糖	ごま	
		実だくさん汁	豚肉 油揚げ 豆腐	わかめ	にんじん ねぎ	玉ねぎ ねぎ		じゃがいも でんぷん		
26	月	白飯 牛乳		牛乳				米		742
		さわらの西京焼き	さわら みそ			しょうが		砂糖 でんぷん		
		豚肉と大根の煮物	豚肉 ちくわ 生揚げ		にんじん さやいんげん	大根 こんにゃく		砂糖		
		オレンジ				オレンジ				
27	火	白飯 牛乳		牛乳				米		755
		れんこん入りつくね 3個	鶏肉			れんこん 玉ねぎ		でんぷん 砂糖	油	
		きゅうりといかの酢の物	いか			きゅうり コーン		砂糖	ごま	
		たまねぎのみそ汁	豚肉 豆腐 油揚げ みそ	わかめ	ねぎ	玉ねぎ ねぎ		じゃがいも		
28	水	麦ごはん 牛乳		牛乳				米 大麦		805
		あじフリッター 3個	あじ	オキアミ あおさ				小麦粉 でんぷん	油 大豆油	
		ピビンバ	豚肉		にんじん 小松菜	にんにく もやし		砂糖	ごま油	
		ピリカラ汁	鶏肉 豆腐		にんじん ねぎ	大根 白菜キムチ ねぎ		じゃがいも	ごま油	
29	木	ミルクロールパン 牛乳		牛乳				パン		830
		焼きそば	豚肉 ちくわ	あおりの	にんじん	キャベツ もやし しょうが		やきそばめん	油	
		チキンハムステーキ	鶏肉 豚肉							
		フルーツポンチ				パインアップル もも				

※都合により献立を変更することがあります。※調味料やだし等については記載していません。

## 節分の日には福を呼び込もう！

### 豆まき



昔の人は、病気や火事・地震などのわざわいを鬼が持ってくると信じていました。そのため、わざわいを追いはらう力があると信じられている豆を「鬼は外」のかけ声でまいて、鬼が家の中に入らないように祈りました。



### 柊翹(ひいらぎいわし)

節分に、ひいらぎの枝に焼いたいわしの頭をさして、家の入口や台所にまっつておくという風習があります。これは、鬼がにおいのきついものやとがったものが嫌いだとされているため、「くさいいわしの頭」と「痛いヒイラギのトゲ」で鬼を追いつつためです。



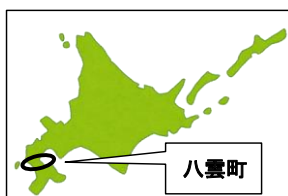
2月14日(水)

### ほたてのクリームシチューについて

この日のシチューに入っているほたては、北海道八雲町の「学校給食型全国ホタテ提供事業」により提供されます。

#### 【北海道八雲町とは？】

八雲町は、北海道の南西部にある渡島半島のほぼ中央に位置する、日本で唯一、太平洋と日本海、2つの海を持つまちです。酪農を中心とした農業やほたて養殖を中心とした漁業が盛ん



### 今月の愛知県産の食材

