



# 2月 学校給食献立表



令和6年2月号  
小学校 親子・菊川

日	献立名	牛乳	赤色の食べもの		緑色の食べもの		黄色の食べもの		1人分 - たんぱく質 食塩相当量
			主に体をつくるはたらき		主に体の調子を整えるはたらき		主にエネルギーになるはたらき		
			肉・魚・卵・豆・豆製品	牛乳・乳製品・小魚・海そう	色のこい野菜	その他の野菜・果物	米・パン・めん・いも・砂糖	油脂類・種実類	
1木	麦ごはん ハヤシライス ポテトサラダ ぼんかん	○	牛肉, 鶏レバー	牛乳	にんじん	たまねぎ, グリンピース エリンギ きゅうり ぼんかん	ごぼん, 山口県産押麦	サラダ油 マヨネーズ(卵なし)	701 kcal 22.4 g 2.1 g
(節分) 節分は、立春の前日のことです。昔から、季節の変わり目は邪気が入りやすいと言われていて、炒った大豆をまいたり、柊に罾の頭をさして玄関に飾ったりして、邪気を払い、無病息災を願います。 (長門市交流給食) 古式捕鯨のまちの長門市と近代捕鯨のまちの下関市で、伝統的食文化の継承のひとつとして鯨給食で交流しています。掲示資料がありますので、見てください。									
2金	ごぼん けんちん汁 鯨の竜田揚げ 赤しそあえ 節分豆	○	豆腐, 油揚げ 鯨の竜田揚げ		にんじん, ねぎ	だいこん, ごぼう	ごぼん	サラダ油 揚げ油	604 kcal 27.2 g 1.1 g
5月	ごぼん 豚肉とじゃがいもの煮物 いわしの甘露煮 酢物	○	豚肉, 生揚げ 豚甘露煮		にんじん, さやいんげん	しょうが, たまねぎ	ごぼん	じゃがいも, 砂糖 サラダ油	638 kcal 25.3 g 1.9 g
6火	黒糖パン 白菜のミルク煮 海そうサラダ	○	ベーコン	牛乳, チーズ	にんじん	はくさい, たまねぎ グリンピース, しめじ キャベツ, きゅうり スイートコーン	黒糖パン	じゃがいも 砂糖 サラダ油	606 kcal 23.4 g 2.5 g
7水	ごぼん すまし汁 さばみそホイル焼き 切干大根のさっぱり炒め	○	豆腐, かまぼこ さばのみそホイル焼き		ほうれんそう	たまねぎ, えのきたけ	ごぼん		648 kcal 29.0 g 2.1 g
8木	根菜とツナの炊き込みごはん カボチャとひき肉のフライ ねぎのパンパンジーサラダ 豆乳とココアのデザート	○	まぐろ水煮 鶏肉		にんじん, さやいんげん かぼちゃ ねぎ, にんじん	れんこん, ごぼう しょうが もやし	ごぼん アルファ化米, もち米 砂糖 揚げ油 ごま, ねりごま, ごま油 サラダ油 豆乳とココアのデザート	656 kcal 21.3 g 1.9 g	
(ふくの日) 語呂合わせて、2月9日はふくの日です。ふくは、幸福の福とかけて「ふく」と言われます。掲示資料がありますので、見てください。									
9金	ごぼん ふく鍋 きんぴら いよかん	○	ふく, 豆腐, 油揚げ, 麦みそ 豚肉, 角天		にんじん, 水菜 にんじん, さやいんげん	はくさい, だいこん, しめじ ごぼう	ごぼん	ごま, サラダ油	599 kcal 25.1 g 1.8 g
13火	パン いちごジャム ポタージュ 鯨のケチャップ炒め	○	ベーコン	牛乳	にんじん, パセリ	たまねぎ, ごぼう スイートコーン	パン いちごジャム		630 kcal 26.3 g 2.5 g
14水	ごぼん いり豆腐 味付け肉団子 アーモンドあえ コーヒー牛乳の素	○	豆腐, 豚肉, かまぼこ 肉団子		にんじん	たまねぎ, グリンピース しいたけ	ごぼん	砂糖 揚げ油, サラダ油 ごま, ねりごま, ごま油 アーモンド コーヒー牛乳の素	670 kcal 27.6 g 1.6 g
(地場産給食) キャベツは下関市の川中地区でとれたものです。									
15木	減ごぼん カレーうどん もやしのソテー ふりかけ	○	牛肉, かまぼこ ベーコン		にんじん, ねぎ こまつな	たまねぎ, キャベツ もやし	ごぼん	県産うどん サラダ油 サラダ油	619 kcal 21.8 g 2.8 g
16金	ごぼん 鉄分たっぷりみそ汁 いわしのかぼすレモン煮 塩昆布あえ	○	凍り豆腐, 鶏卵, 油揚げ 白みそ いわしのかぼすレモン煮	ひじき	ほうれんそう		ごぼん	じゃがいも	617 kcal 26.1 g 1.9 g
19月	わかめごはん 赤魚アーモンドフライ 大豆のサラダ ヨーグルト	○	鶏肉, 角天, 油揚げ 赤魚アーモンドフライ 大豆	わかめ	にんじん, さやいんげん		アルファ化米, もち米 しらたき, 砂糖	揚げ油 マヨネーズ(卵なし)	622 kcal 26.3 g 2.4 g
20火	アップルパン スパゲティタリアン ごぼうのドレッシングサラダ	○	豚肉 まぐろ水煮	粉チーズ	にんじん, ピーマン, トマト にんじん	たまねぎ, エリンギ ごぼう, きゅうり	アップルパン スパゲティ	サラダ油 ごま, サラダ油	653 kcal 25.7 g 2.6 g
21水	ごぼん 親子煮 白いんげん豆の白和え	○	鶏肉, 鶏卵, ちくわ 白いんげん, 白みそ		にんじん ほうれんそう, にんじん	たまねぎ, グリンピース はくさい	ごぼん	じゃがいも, 砂糖 ごま, ねりごま	627 kcal 24.0 g 1.8 g
22木	ごぼん さつまい 生揚げのそぼろ煮 のり佃煮	○	鶏肉, 麦みそ 生揚げ, 豚肉		にんじん, ねぎ にんじん	だいこん, ごぼう たまねぎ, グリンピース	ごぼん	さつまいも 砂糖, てんぷん サラダ油	656 kcal 24.0 g 2.4 g
26月	ごぼん ひじきとピーマンのスープ マーボー大根 ミニゼリー(もも)	○	鶏肉 豆腐, 豚肉, 赤みそ, 白みそ	ひじき	にんじん, ねぎ にんじん	たまねぎ, もやし だいこん, たまねぎ, しょうが グリンピース, しいたけ	ごぼん	ピーマン てんぷん, 砂糖 ごま油 ミニゼリー(もも)	584 kcal 21.8 g 1.4 g
(地場産給食) いちごは下関市でとれたものです。									
27火	パン レーズンクリーム ボルシチ フルーツ白玉	○	牛肉	生クリーム	にんじん, パセリ	たまねぎ, キャベツ, ピーツ にんにく パイナップル, みかん もも, いちご	パン レーズンクリーム	じゃがいも 白玉もち, 砂糖	667 kcal 22.7 g 1.6 g
28水	ごぼん ピリ辛豚どん ヤーコン麺のサラダ オレンジ	○	豚肉		にんじん, ねぎ	白菜キムチ, たまねぎ しめじ, ごぼう きゅうり, もやし オレンジ	ごぼん	しらたき, 砂糖 ヤーコンめん, 砂糖 ごま油	618 kcal 23.0 g 2.9 g
29木	ごぼん なめこ汁 さんまのみぞれ煮 大豆の磯煮	○	豆腐, 油揚げ, 赤みそ, 白みそ さんまみぞれ煮	わかめ	こまつな	なめこ, たまねぎ	ごぼん		625 kcal 24.8 g 2.6 g
			大豆, 角天	ひじき	にんじん, さやいんげん		しらたき, 砂糖	サラダ油	

★学校給食の山口県産食材の利用については、「学校給食県産食材利用拡大事業」により、JA山ログループ、水産関係団体、山口県などから一部助成を受けています。

★仕入れの都合により、材料・献立が急きょ変更になる場合があります。ご了承ください。

★給食の実施については、各校で異なりますのでご注意ください。