



# 2月こんだて予定表



※都合により献立を変更させていただくことがありますので、ご了承ください。 鳥羽市学校給食 答志共同調理場

日	曜日	こんだて 献立名	あかのしょくひんぐ 赤の食品(1・2群) からだ おもに体をつくる	みどりしょくひんぐ 緑の食品(3・4群) からだ ちょうし とどの おもに体の調子を整える	きょくひんぐ 黄の食品(5・6群) おもにエネルギーになる	ちょうみりょう 調味料・その他
1	水	セルフドッグ ぎゅうにゅう (コッペパン カレーミート) やさいのクリームに	ぎゅうにゅう ぶたにく とりにく ベーコン	にんじん たまねぎ はくさい しめじ	コッペパン じゃがいも こむぎこ パター あぶら こめこ	コンソメ しお こしょう ワイン ソース カレーこ ケチャップ
2	木	むぎごはん ぎゅうにゅう つくねのてりやきソースがけ わかめのみそしる	ぎゅうにゅう とりにく たまご ひじき とうふ みそ わかめ	もやし だいこん はくさい にんじん れんこん ねぎ	こめ むぎ パンこ さとう かたくりこ	にぼし しお しょうゆ みりん
3	金	わかめじゃこごはん ぎゅうにゅう ちゃんこなべ ごぼうとにんじんのサラダ ふくまめ	ぎゅうにゅう ちりめんじゃこ とりにく あつあげ だいず まぐろあぶらづけ わかめ	にんじん だいこん はくさい もやし しらたき しろねぎ ごぼう きゅうり	こめ むぎ さとう ごま ごまドレッシング	かつおけずりぶし しょうゆ みりん しお とりがらスープのもと
6	月	キムチチャーハン ぎゅうにゅう ちくわのてんぷら とりにくとはるさめのスープ	ぎゅうにゅう ぶたにく とりにく ちくわ たまご	たまねぎ にんじん ピーマン はくさいキムチづけ にんにく はくさい もやし しょうが	こめ ごまあぶら あぶら はるさめ こむぎこ	とりがらスープのもと しょうゆ しお こしょう トウバンジャン
7	火	むぎごはん ぎゅうにゅう さけのもみじやき ぶたにくとだいこんのもの ぽんかん	ぎゅうにゅう ぶたにく あつあげ さつまあげ さけ	だいこん にんじん こんにやく ぽんかん パセリ	こめ むぎ さとう マヨネーズ	しょうゆ さけ みりん かつおけずりぶし しお こしょう
8	水	こくとうパン ぎゅうにゅう とりにくとポテトのレモンあえ ワンタンスープ	ぎゅうにゅう ぶたにく とりにく	しょうが にんじん もやし はくさい レモンかじゅう	こくとうパン かたくりこ ワンタンのかわ さとう じゃがいも あぶら	とりがらスープのもと さけ しょうゆ しお こしょう
9	木	むぎごはん ぎゅうにゅう はっぼうさい かみかみサラダ	ぎゅうにゅう ぶたにく さきいか ハム だいず	にんじん たけのこ はくさい しろねぎ しょうが キャベツ きゅうり	こめ むぎ かたくりこ ごまあぶら ごまドレッシング	とりがらスープのもと みりん しょうゆ しお こしょう
10	金	むぎごはん ぎゅうにゅう こうやどうふのたまごとじ ごもくきんぴら	ぎゅうにゅう こうやどうふ とりにく たまご まぐろあぶらづけ	にんじん たまねぎ しめじ さやいんげん ごぼう れんこん	こめ むぎ かたくりこ さとう ごまあぶら ごま	かつおけずりぶし さけ しょうゆ みりん しお
13	月	むぎごはん ぎゅうにゅう ポークカレー フルーツポンチ	ぎゅうにゅう ぶたにく	にんじん たまねぎ りんごピューレ みかん パイン もも レモンかじゅう	こめ むぎ あぶら カレールウ じゃがいも	ワイン カレーこ コンソメ ソース
14	火	むぎごはん ぎゅうにゅう マーボーどうふ バンサンスー	ぎゅうにゅう ぶたにく みそ とうふ ハム	しょうが にんじん たまねぎ ねぎ キャベツ きゅうり レモンかじゅう	こめ むぎ さとう ごまあぶら かたくりこ はるさめ	トウバンジャン さけ とりがらスープのもと す しょうゆ
15	水	バターロール ぎゅうにゅう ペンネミートソース ポトフ	ぎゅうにゅう ぶたにく ウインナー	にんじん かぶ たまねぎ キャベツ	バターロール ペンネ じゃがいも さとう	しお こしょう コンソメ ワイン ソース ケチャップ
16	木	むぎごはん ぎゅうにゅう かつおとだいずのなんぶあげ どさんこじる	ぎゅうにゅう ぶたにく かつお だいず みそ	にんじん もやし コーン ねぎ しょうが	こめ むぎ じゃがいも バター かたくりこ あぶら さとう ごま	かつおけずりぶし しょうゆ さけ みりん
17	金	ひじきそぼろごはん ぎゅうにゅう かきたまじる きりぼしだいこんのサラダ	ぎゅうにゅう ぶたにく とうふ たまご ハム ひじき	しょうが にんじん ほうれんそう はくさい えのきたけ ねぎ きりぼしだいこん きゅうり えだまめ	こめ ごまあぶら さとう かたくりこ マヨネーズ	かつおけずりぶし さけ しょうゆ みりん しお
20	月	むぎごはん ぎゅうにゅう なのはなむし のっぺいじる	ぎゅうにゅう あつあげ とりにく たまご	しいたけ にんじん だいこん こんにやく ねぎ たまねぎ コーン	こめ むぎ さといも かたくりこ パンこ	かつおけずりぶし さけ しお しょうゆ こしょう ケチャップ みりん
21	火	<b>鳥羽が好きふるさと給食</b> むぎごはん ぎゅうにゅう わらさのてりやき あかもくいりみそしる やきのり あまとまちゃん	ぎゅうにゅう あぶらあげ みそ あかもく のり わらさ	だいこん にんじん はくさい ねぎ しょうが あまとまちゃん (ミニトマト)	こめ むぎ かたくりこ	しょうゆ さけ みりん にぼし
22	水	こめこいりパン ぎゅうにゅう ポークビーンズ ほうれんそうとベーコンのサラダ	ぎゅうにゅう だいず ぶたにく ベーコン	にんじん たまねぎ ほうれんそう キャベツ コーン	こめこいりパン あぶら さとう マヨネーズ かたくりこ	ケチャップ コンソメ ソース しょうゆ こしょう
24	金	むぎごはん ぎゅうにゅう カレーうどん のりずあえ	ぎゅうにゅう ぶたにく あぶらあげ まぐろあぶらづけ のり	にんじん たまねぎ ねぎ キャベツ もやし ほうれんそう	こめ うどん カレールウ さとう ごま	かつおけずりぶし しょうゆ す カレーこ
27	月	むぎごはん ぎゅうにゅう ホイコーロー たまごとコーンのスープ	ぎゅうにゅう ぶたにく みそ たまご	にんにく しょうが キャベツ しろねぎ ピーマン	こめ むぎ かたくりこ あぶら さとう	しお こしょう しょうゆ さけ トウバンジャン
28	火	むぎごはん ぎゅうにゅう さばのしおやきおろしソースがけ じゃがいものそぼろに	ぎゅうにゅう さば とりにく	にんじん たまねぎ こんにやく さやいんげん だいこん	こめ むぎ じゃがいも さとう あぶら	しょうゆ みりん さけ しお

わかめは、中学生が刈り取りしたものを使用します。大根は小学生が育てたものを使用します。太字は鳥羽産食材です。





