



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	あかしよくひんぐん 赤の食品(1・2群) からだ おもに体をつくる	みどりしよくひんぐん 緑の食品(3・4群) からだ ちょうし ととの おもに体の調子を整える	きしよくひんぐん 黄の食品(5・6群) おもにエネルギーになる	ちょうみりょうた 調味料・その他
3	月	むぎごはん ぎゅうにゅう かつおとだいずのケチャップあえ どさんこじる	ぎゅうにゅう かつお だいず ぶたにく みそ	しょうが にんじん もやし コーン ねぎ	こめ むぎ かたくりこ あぶら さとう じゃがいも バター	ケチャップ さけ ソース かつおけずりぶし
4	火	むぎごはん ぎゅうにゅう ちゃんこなべ キャベツとベーコンのサラダ	ぎゅうにゅう とりにく あつあげ ベーコン	にんじん だいこん はくさい もやし しらたき しろねぎ キャベツ ほうれんそう コーン	こめ むぎ マヨネーズ	かつおけずりぶし みりん しお とりがらスープのもと しょうゆ こしょう しょうゆ しろワイン
5	水	こくとうパン ぎゅうにゅう ハンバーグ コーンチャウダー	ぎゅうにゅう とりにく ぶたにく たまご ぎゅうにゅう ぎゅうにゅう	たまねぎ にんじん たまねぎ コーン パセリ	こくとうパン パンこ さとう こむぎこ バター	しお こしょう ケチャップ ソース コンソメ しお こしょう
6	木	ごはん(すくなめ) 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 あげ まぐろあぶらづけ のり	にんじん たまねぎ ねぎ もやし にんじん ほうれんそう	こめ うどん カレールウ あぶら さとう ごま	かつおけずりぶし カレーこ しょうゆ しょうゆ す
7	金	むぎごはん ぎゅうにゅう あつあげのそばろに はるさめスープ	ぎゅうにゅう ぶたにく あつあげ たまご わかめ	たまねぎ にんじん ねぎ たまねぎ にんじん えのきたけ キャベツ	こめ むぎ あぶら かたくりこ かたくりこ	とりがらスープのもと しょうゆ さけ とりがらスープのもと しょうゆ しお
10	月	むぎごはん ぎゅうにゅう とりにくとポテトのピリからあえ ワントンスープ	ぎゅうにゅう とりにく ぶたにく	にんにく しょうが にんじん もやし はくさい	こめ むぎ じゃがいも かたくりこ あぶら さとう ごまあぶら ごま ワントンのかわ	しょうゆ さけ す みりん トウバンジャン とりがらスープのもと しお しょうゆ さけ こしょう
12	水	セルフツナドッグ ぎゅうにゅう やさいのクリームに	まぐろあぶらづけ ぎゅうにゅう とりにく ぎゅうにゅう	きゅうり キャベツ にんじん たまねぎ コーン	マヨネーズ こめこいりパン こむぎこ バター じゃがいも	こしょう コンソメ しお こしょう しろワイン
13	木	むぎごはん ぎゅうにゅう あいごのやさいあんかけ  とばがすき ふるさと きゅうしょく わかめのみそしる	ぎゅうにゅう あいご わかめ みそ	にんじん たまねぎ ピーマン はくさい だいこん にんじん	こめ むぎ あぶら かたくりこ さとう	ケチャップ さけ しお こしょう す しょうゆ にぼし
14	金	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 ピーマン しろねぎ にんじん コーン ねぎ	こめ むぎ さとう かたくりこ あぶら かたくりこ	トウバンジャン さけ しょうゆ しょうゆ しお こしょう とりがらスープのもと
17	月	むぎごはん ぎゅうにゅう キムチなべ ごぼうとにんじんのサラダ	ぎゅうにゅう ぶたにく あつあげ みそ まぐろあぶらづけ	にんじん だいこん しめじ はくさい もやし はくさいキムチづけ ごぼう にんじん きゅうり	こめ むぎ ごま ごまドレッシング さとう	しょうゆ さけ とりがらスープのもと しょうゆ みりん
18	火	ひじきそばろごはん  ぎゅうにゅう ちくわのてんぶら かきたまじる	とりにく ひじき ぎゅうにゅう ちくわ たまご たまご	にんじん はくさい えのきたけ ねぎ にんじん	さとう こめ こむぎこ あぶら かたくりこ かたくりこ	しょうゆ みりん しお かつおけずりぶし しお しょうゆ
19	水	バターロール ぎゅうにゅう マカロニのミートソース 食育の日 やさいスープ	ぎゅうにゅう ぶたにく ベーコン	にんじん たまねぎ キャベツ もやし にんじん	バターロール マカロニ さとう	しお こしょう コンソメ ケチャップ ソース ワイン コンソメ しお こしょう しょうゆ
20	木	むぎごはん ぎゅうにゅう しゅうまい  みそしる	ぎゅうにゅう ぶたにく とうふ わかめ みそ	たまねぎ しょうが だいこん にんじん はくさい もやし	こめ むぎ かたくりこ ぎょうざのかわ	しお こしょう さけ しょうゆ にぼし
21	金	むぎごはん ぎゅうにゅう とりにくのすきに  だいずといもとじゃこのあげに	ぎゅうにゅう とりにく やきどうふ だいず ちりめんじゃこ	はくさい にんじん たまねぎ しらたき しろねぎ	こめ むぎ さとう あぶら さつまいも(玉城町) かたくりこ あぶら ごま さとう	しょうゆ みりん さけ しょうゆ みりん

25	火	むぎごはん ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう		こめ むぎ	
		チキンカレー	とりにく	にんじん たまねぎ りんごピューレ	カレールウ じゃがいも	カレーこ コンソメ ソース
		フルーツポンチ		パイン もも レモンかじゅう		
26	水	あげパン	きなこ		コッペパン ぶどうとう あぶら	しお
		ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう			
		ポトフ	ウインナー	にんじん たまねぎ ブロッコリー	じゃがいも	コンソメ しお こしょう しょうゆ
		キャベツとチーズのサラダ	チーズ	キャベツ きゅうり コーン	マヨネーズ	しお こしょう
27	木	むぎごはん ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう		こめ むぎ	
		さばのしおやき	さば			
		はくさいとにくだんごのスープ	とりにく たまご	にんじん はくさい しょうが	かたくりこ	しお さけ しょうゆ
28	金	むぎごはん ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう		こめ むぎ	
		マーボーどうふ	ぶたにく みそ とうふ	にんじん たまねぎ しょうが しろねぎ	さとう ごまあぶら かたくりこ	トウバンジャン しょうゆ とりがらスープのもと
		パンサンスー	ハム	キャベツ きゅうり にんじん レモンかじゅう	はるさめ さとう ごまあぶら	す しょうゆ

※ **太字**は答志産、鳥羽産の食材です。**わかめ**は、今年も中学生が刈り取りしたものを使わせてもらいます。