



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	あかしょくひんぐん 赤の食品(1・2群) おもに体をつくる	みどりしょくひんぐん 緑の食品(3・4群) おもに体の調子を整える	きしょくひんぐん 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 調味料・その他
2	月	むぎごはん ぎゅうにゅう おやこに だいこんサラダ	ぎゅうにゅう とりにく たまご あつあげ まぐろあぶらづけ	にんじん たまねぎ こんにやく はくさい だいこん キャベツ きゅうり	こめ むぎ さとう かたくりこ さとう あぶら	かつおけずりぶし さけ しょうゆ みりん す しょうゆ
3	火	むぎごはん ぎゅうにゅう はっぼうさい だいずとじゃこのあげに	ぎゅうにゅう ぶたにく いか だいず ちりめんじゃこ	にんじん たまねぎ はくさい もやし しょうが しろねぎ	こめ むぎ ごまあぶら かたくりこ あぶら かたくりこ ごま さとう	しお しょうゆ こしょう とりがらスープのもと しょうゆ
4	水	こくとうパン(ちいさめ) ぎゅうにゅう スーpsパゲティ キャベツとチーズのサラダ	ぎゅうにゅう いか えび ベーコン ぎゅうにゅう チーズ	にんじん たまねぎ パセリ キャベツ きゅうり コーン	こくとうパン スパゲティ バター こむぎこ マヨネーズ	しお こしょう コンソメ ワイン しお こしょう
5	木	わかめごはん ぎゅうにゅう ハンバーグ みそけんちんじる	わかめ ぎゅうにゅう ぶたにく とりにく たまご ぎゅうにゅう あつあげ みそ	たまねぎ にんじん だいこん ごぼう ねぎ こんにやく	こめ むぎ パンこ さとう	ケチャップ ソース しお こしょう かつおけずりぶし
6	金	むぎごはん ぎゅうにゅう ちくわのからあげ ちゃんこなべ	ぎゅうにゅう ちくわ とりにく あつあげ	にんじん だいこん はくさい もやし しらたき しろねぎ	こめ むぎ あぶら かたくりこ	みりん しょうゆ かつおけずりぶし みりん とりがらスープのもと しお しょうゆ
9	月	むぎごはん ぎゅうにゅう チキンカレー キャベツとベーコンのサラダ	ぎゅうにゅう とりにく ベーコン	にんじん たまねぎ りんごピューレ キャベツ ほうれんそう コーン	こめ むぎ カレーウ じゃがいも あぶら マヨネーズ	コンソメ ソース こしょう カレーこ ワイン しょうゆ こしょう
10	火	むぎごはん ぎゅうにゅう すずきのフライ みそしる	ぎゅうにゅう すずき たまご とうふ みそ わかめ	だいこん はくさい にんじん ねぎ	こめ むぎ こむぎこ パンこ あぶら	しお こしょう ソース にぼし
12	木	むぎごはん ぎゅうにゅう とりにくのすきに マカロニサラダ	ぎゅうにゅう とりにく やきとうふ ハム	にんじん たまねぎ はくさい しらたき しろねぎ キャベツ きゅうり コーン	こめ むぎ さとう マカロニ マヨネーズ	しょうゆ みりん しお こしょう
13	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 しろねぎ ピーマン にんじん コーン ほうれんそう	こめ むぎ さとう あぶら かたくりこ かたくりこ	しょうゆ さけ トウバンジャン とりがらスープのもと しお こしょう しょうゆ
16	月	むぎごはん ぎゅうにゅう さけのしおやき ほうれんそうとえのきたけのごまあえ かんとうに	ぎゅうにゅう さけ とりにく あつあげ	ほうれんそう えのきたけ だいこん にんじん こんにやく	こめ むぎ さとう ごま さとう	しょうゆ しょうゆ しお かつおけずりぶし
17	火	むぎごはん ぎゅうにゅう しゅうまい ピリからスープ	ぎゅうにゅう ぶたにく みそ	たまねぎ しいたけ しょうが にんじん たまねぎ はくさい ねぎ にんにく	こめ むぎ ぎょうざのかわ かたくりこ あぶら	しょうゆ しお こしょう さけ とりがらスープのもと しお こしょう トウバンジャン
18	水	あげパン ぎゅうにゅう ポトフ ツナサラダ	きなこ ぎゅうにゅう ウインナー まぐろあぶらづけ	にんじん だいこん ブロッコリー たまねぎ キャベツ きゅうり	コッペパン あぶら さとう じゃがいも ごまドレッシング	しお コンソメ しお こしょう しょうゆ
19	木	むぎごはん ぎゅうにゅう マーボーどうふ パンサンスー	ぎゅうにゅう とうふ みそ ぶたにく ハム	しょうが にんじん たまねぎ ねぎ キャベツ きゅうり にんじん 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 ごまあぶら さとう	とりがらスープのもと トウバンジャン しょうゆ す しょうゆ
20	金	キムチチャーハン ぎゅうにゅう はくさいとにくだんごのスープ フルーツのヨーグルトあえ	ぶたにく ぎゅうにゅう とりにく たまご ヨーグルト	はくさいキムチづけ ピーマン たまねぎ しょうが にんじん はくさい パイン もも	こめ ごまあぶら かたくりこ さとう	とりがらスープのもと しお こしょう しょうゆ しょうゆ しお とりがらスープのもと

24	火	ごはん(すくなめ) ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう		こめ	
		カレーうどん	ぶたにく あぶらあげ	にんじん たまねぎ ねぎ	あぶら カレールウ うどん	かつおけずりぶし カレーこしょうゆ
		のりずあえ	まぐろあぶらづけ のり	キャベツ にんじん ほうれんそう	さとう ごま	す しょうゆ
25	水	てりやきチキンバーガー	とりにく	キャベツ ハンサムグリーンレタス	あぶら	しお しょうゆ
		ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう	しょうが		
		いせえびのクリームスープ	いせえび ぎゅうにゅう	にんじん たまねぎ コーン	こむぎこ バター	コンソメ しお こしょう
26	木	むぎごはん ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう		こめ むぎ	
		ぶたにくとだいこんのもの	ぶたにく あつあげ	にんじん だいこん こんにゃく	さとう	しょうゆ さけ みりん
		ちくわサラダ	ちくわ	キャベツ きゅうり にんじん レモンかじゅう	マヨネーズ ごま	かつおけずりぶし しょうゆ
27	金	むぎごはん ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう		こめ むぎ	
		おこのみあげ	いか えび たまご あおさ	キャベツ にんじん べにしょうが	こむぎこ あぶら さとう	ソース ケチャップ さけ しお
		ぶたじる	ぶたにく とうふ みそ	にんじん だいこん はくさい	さといも	にぼし

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