



2月ごはんだて予定表



※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	献立名	赤の食品(1・2群) おもにからだをつくる	緑の食品(3・4群) おもに体の調子を整える	黄の食品(5・6群) おもにエネルギーになる	調味料・その他
1	木	ほたてごはん ぎゅうにゅう とりにくのからあげ キャベツうましおあえ ふゆやさいのみそしる ひびきさんメニュー	ぎゅうにゅう ほたてかいばしら とりにく とうふ みそ わかめ	しょうが にんじん だいこん はくさい ごぼう ねぎ にんにく キャベツ	こめ こめこ あぶら ごまあぶら	しょうゆ みりん しお さけ にぼし こしょう とりがらスープのもと
2	金	むぎごはん ぎゅうにゅう さばのカレーに せつぶん給食 みぞれなべ ふくまめ	ぎゅうにゅう さば とりにく あつあげ だいず	にんじん だいこん えりんぎ はくさい もやし しらたき しろねぎ	こめ むぎ さとう	かつおけずりぶし しお しょうゆ みりん カレーこ
5	月	むぎごはん ぎゅうにゅう こうやどうふのたまごとじ ごぼうとにんじんのサラダ	ぎゅうにゅう とりにく こうやどうふ 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 きゅうり	こめ むぎ かたくりこ さとう ごま ごまドレッシング	かつおけずりぶし しお しょうゆ みりん
6	火	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 ぶたじる	ぎゅうにゅう かつお だいず ぶたにく みそ	しょうが はくさい にんじん だいこん こんにやく ねぎ	こめ むぎ さといも かたくりこ あぶら さとう	にぼし さけ ソース ケチャップ
7	水	こくとうパン ぎゅうにゅう ほたてのグラタン だいこんサラダ けんせいさんメニュー	ぎゅうにゅう ほたてかいばしら チーズ ハム	たまねぎ しめじ パセリ だいこん きゅうり キャベツ	こくとうパン あぶら バター こむぎこ マカロニ マヨネーズ	しお こしょう コンソメ
8	木	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 ほうれんそう	こめ むぎ あぶら さとう かたくりこ	トウバンジャン しお こしょう しょうゆ とりがらスープのもと
9	金	ゆかりごはん(すくなめ) ぎゅうにゅう あんかけうどん ちくわのいそべあげ	ぶたにく ちくわ たまご あおさ	あかじそ にんじん はくさい もやし えのきたけ ねぎ	こめ うどん かたくりこ ごまあぶら こむぎこ あぶら	しょうゆ みりん しお とりがらスープのもと
13	火	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	にんにく にんじん たまねぎ りんごピューレ 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	コンソメ ソース カレーこ ワイン
14	水	あげパン ぎゅうにゅう キャベツとチーズのサラダ ポトフ	ぎゅうにゅう きなこ チーズ ウインナー	きゅうり キャベツ コーン にんじん かぶ たまねぎ ブロッコリー	コッペパン あぶら ぶどうとう じゃがいも マヨネーズ	しお コンソメ しょうゆ こしょう
15	木	むぎごはん ぎゅうにゅう あゆさんメニュー とりにくのてりやき コーンのバターいため あゆスープ	ぎゅうにゅう とりにく ハム たまご	しょうが キャベツ コーン もやし ねぎ にんじん こまつな たまねぎ	こめ むぎ あぶら バター	しょうゆ さけ しお こしょう コンソメ
16	金	鳥羽が大好きふるさと給食 キンパふうてまきごはん ぎゅうにゅう  (かもぎゅうのそぼろ ナムル かにふうみかまぼこ とぼのり) かきたまじる	ぎゅうにゅう かもぎゅう とぼのり かにふうみかまぼこ たまご とうふ	ほうれんそう にんじん しょうが はくさい えのきたけ ねぎ	こめ むぎ さとう ごまあぶら ごま かたくりこ	かつおけずりぶし す トウバンジャン しょうゆ しお さけ
19	月	むぎごはん ぎゅうにゅう 食育の日 あいごのフライ ソース わふうサラダ  わかめのみそしる	ぎゅうにゅう あいご たまご まぐろあぶらづけ あぶらあげ みそ わかめ	キャベツ きゅうり たまねぎ もやし ねぎ	こめ むぎ こむぎこ パンこ あぶら さとう じゃがいも	しお こしょう ソース にぼし しょうゆ す
20	火	むぎごはん ぎゅうにゅう あつあげのカレーに あおさじる	ぎゅうにゅう ぶたひきにく あつあげ あおさ	にんにく たまねぎ にんじん ねぎ はくさい だいこん	こめ むぎ カレールウ あぶら	しょうゆ カレーこ しお さけ とりがらスープのもと かつおけずりぶし
21	水	バターロール はっこうにゅう スープパゲティ かみかみサラダ	はっこうにゅう いか えび ベーコン ぎゅうにゅう さきいか だいず	にんじん たまねぎ キャベツ きゅうり パセリ	バターロール スパゲティ バター こむぎこ ごまドレッシング	ワイン コンソメ しお こしょう
22	木	キムチチャーハン ぎゅうにゅう ちくわのチーズやき はるさめスープ	ぎゅうにゅう ぶたにく たまご ちくわ チーズ	たまねぎ ピーマン はくさいキムチづけ パセリ にんじん えのきたけ キャベツ	こめ ごまあぶら マヨネーズ はるさめ かたくりこ	しょうゆ しお こしょう とりがらスープのもと
26	月	むぎごはん ぎゅうにゅう なののはなむし ぐだくさんじる みかんゼリー	ぎゅうにゅう とりにきにく たまご ぶたにく あぶらあげ	たまねぎ コーン にんじん ごぼうこんにやく しめじ ねぎ	こめ むぎ パンこ かたくりこ みかんゼリー	しょうゆ さけ しお こしょう ケチャップ かつおけずりぶし みりん
27	火	むぎごはん ぎゅうにゅう すきやきに(いせねぎ) だいがくいも	ぎゅうにゅう ぶたにく やきどうふ	にんじん たまねぎこんにやく いせねぎ はくさい	こめ むぎ あぶら さとう さつまいも ごま	しょうゆ さけ みりん
28	水	ミルクパン ぎゅうにゅう とりにくのクリームに ツナサラダ	ぎゅうにゅう とりにく まぐろあぶらづけ	にんじん たまねぎ しめじ ブロッコリー キャベツ きゅうり コーン	ミルクパン じゃがいも バター こむぎこ ごまドレッシング	コンソメ しお こしょう
29	木	むぎごはん ぎゅうにゅう マーボーどうふ やさいのちゅうかあえ	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 もやし きゅうり	こめ むぎ さとう ごまあぶら 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

わかめは、中子生が取り取りしたものを使用します。19日 あいごは鳥羽職部漁協から提供してもらいます。1日、2日 入根は、小子校で育てたものを使用します。

16日のりけ鳥羽地区里のり養殖研究協議会からいただきます