



令和5年 2月分 小学校給食献立予定表



一宮市教育委員会学校給食課
一宮市立〇〇小学校

日	曜	ごんじてめい 献立名	赤：おもにからだをつくるものとなる	緑：おもにからだのちょうしをととのえる	黄：おもにエネルギーのもととなる	アレルギー義務表示	中学生量を掲載							
			さかな・にく・たまご・だいず ぎゅうにゅう・かいそう	やさい・くだもの	ごはん・パン・めん・いも さとう・あぶら		卵	乳	小麦	小えん	かそ	落花	麦ひ	にば
1 水	ごはん				ごめ									
	ピーフカレー	ぎゅうにく	たまねぎ・にんじん・グリンピース トマト・にんにく・しょうが		じゃがいも・カレールウ・あぶら	小麦								606
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう				乳								17.5
	しおだれサラダ	ツナ	キャベツ・きゅうり・あかバブリカ		ドレッシング									
2 木	きんめロウカットげんまいごはん				きんめロウカットげんまい・ごめ									
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう				乳								661
	かぼちゃのしぴみそしる	ふたにく・みそ	かぼちゃ・はくさい・にんじん えのきだけ・ねぎ											25.1
	とりにくのあげたり	とりにく	しょうが		でんぶん・あぶら・さとう									
3 金	あかじそあえ		だいこん・みずな・あかじそ											
	ごはん				ごめ									
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう				乳								
	けんちんじる	とりにく・とうふ	だいこん・ごぼう・こんにゃく・ねぎ											596
	いわしのうめに	いわし	うめほし		さとう・でんぶん									せつぶん・ いわしゅん ごんじて
6 月	はるのたまごいため	たまご	にんじん・なばな		さとう・あぶら	卵								
	チャーハン	とりにく	エリンギ・ねぎ・ビーマン		あぶら・ごめ									
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう				乳								652
	すいぎょうざスープ	ペーコン・すいぎょうざ	チンゲンサイ・たまねぎ・にんじん だけのこ			小麦								18.4
7 火	フルーツアンニア		ナタデココ・パイナップル・もも		とうにゅうゼリー・さとう									
	ごはん				ごめ									
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう				乳								
	よしのじる	とりにく	だいこん・にんじん・しめじ・ねぎ		さといも・でんぶん									620
	なまあげのにくみそかけ 1~3ねん: 1こ 4~6ねん: 2こ	なまあげ・ふたにく・みそ	たまねぎ		さとう・でんぶん									25.5
8 水	ほうれんそうのごまあえ		ほうれんそう・もやし		ごま・さとう									
	チョコあげパン				こがたロールパン・さとう	小麦・乳								
	ブチパン(5・6ねん)				あぶら									
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう			ブチパン	小麦								670
	とうにゅうクリームシチュー	ペーコン・とうにゅう	にんじん・たまねぎ・エリンギ プロッコリー		じゃがいも・ごめこホワイトルウ	あぶら								22.0
9 木	じゅこ&チーズサラダ	ハム・ちりめんじゅこ・チーズ	キャベツ・こまつな		ノンエッグマヨネーズ	乳								
	ごはん				ごめ									
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう				乳								
	すまじる	かまぼこ	にんじん・はくさい・えのきだけ ほししいだけ・みづば											571
	さばのしおやき	さば			あぶら									28.0
10 金	こまつなのにびたし	あぶらあげ	こまつな・もやし		さとう									
	ごはん				ごめ									
	ルーローハンのぐ	ふたにく	しょうが・にんにく・たまねぎ きパブリカ・あかパブリカ・たかなづけ		さとう・でんぶん・ごま・あぶら									
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう				乳								665
	トックスープ	とりにく	チンゲンサイ・キャベツ・にんじん とうもろこし		トック(もち)									28.0
13 月	ヨーグルト	ヨーグルト				乳								
	ごはん				ごめ									
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう				乳								
	にみそ	ふたにく・だいす・みそ	だいこん・にんじん・こんにゃく さやいんげん		さといも・さとう									604
	わかさぎのからあげ	わかさぎ			あぶら									24.8
14 火	こがねあえ		こまつな・キャベツ・とうもろこし		さとう									
	むぎごはん				おおむぎ・ごめ									
	ちゅううかはんのぐ	ふたにく・えび	にんじん・たまねぎ・キャベツ・たけのこ にら・ほししいだけ		さとう・あぶら・でんぶん	えび								
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう				乳								643
	はるまき	ふたにく	キャベツ・もやし・にんじん・にら エリンギ		でんぶん・さとう・ごまあぶら あぶら・こむぎこ・みすあめ	小麦								22.9
14 火	ちゅううかサラダ	とりにく・かんてん	チンゲンサイ・きゅうり・とうもろこし		さとう・ごまあぶら									

◆◇3日は、節分・立春献立です◇◆

か せつぶん りっしゆん ごんじて
3日は節分、4日は立春です。立春は、春の始まりであり、昔は1年の始まりとされていました。その前日が節分です。
新しい年が始まる前に、においの強いいわしの頭や、葉がチクチクしているひいらぎをかざって、悪いものを追い払う風習があります。
それらにちなんで3日の給食には、いわしの梅煮と春を知らせる野菜である菜花が入った、春のたまごいためが出ます。



令和5年 2月分 小学校給食献立予定表

一宮市教育委員会学校給食課
一宮市立〇〇小学校



日	曜	ごんだけあい 献立名	赤：おもにからだをつくるものとなる	緑：おもにからだのちょうしをととのえる	黄：おもにエネルギーのもととなる	アレルギー義務表示					中学生年量を掲載			
			さかな・にく・たまご・だいすきゅうにゅう・かいそう	やさい・くだもの	ごはん・パン・めん・いもさとう・あぶら	卵	乳	小麦	えび	かに	そば	落花生	エネルギー(kcal)	たんぱく質(g)
15	水	ごはん			こめ								636	26.4
		ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう											
		かきたまじる	たまご・こうやどうふ	はぐさい・えのきだけ こまつな・ほししいだけ	でんぶん									
		おろしハンバーグ	とりにく・ぶたにく	たまねぎ・だいこん	ラード・さとう・でんぶん じゃがいも・あぶら									
		ひじきのいたために	ひじき	にんじん・さやいんげん	さとう・あぶら									
16	木	ちゅうかめん			ちゅうかめん								661	24.8
		ちゃんぽん(しる)	ぶたにく・なると	たまねぎ・にら・にんじん・もやし ねぎ・にんにく										
		ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう											
		あけぎょうざ・2c	ぶたにく	キャベツ・たまねぎ・にら・にんにく	パンこ・でんぶん・ラード・さとう こむぎこ・あぶら									
		パンサンスー	ハム	きゅうり・とうもろこし	はるさめ・さとう・ごまあぶら									
17	金	ごはん			こめ								672	27.4
		ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう											
		ごまみそしる	ぶたにく・みそ	かぼちゃ・だいこん・はくさい・ねぎ	さつまいも・ごま									
		ぶりのえのきだれ	ぶり	えのきだけ	あぶら・さとう・でんぶん									
		とうふのサラダ	とうふ・とりにく・わかめ	きゅうり・もやし・にんじん	さとう									
20	月	わかめごはん	わかめ		こめ								632	22.1
		ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう											
		のっぺいじる	とりにく	だいこん・にんじん・こんにゃく・ねぎ	さといも・でんぶん									
		コロッケ	ぶたにく・ぎゅうにく	たまねぎ・にんじん・パセリ	じゃがいも・パンこ・さとう こむぎこ・あぶら									
		こまツナあえ	ツナ	こまつな・もやし	さとう									
21	火	くろロールパン			くろロールパン								675	23.3
		ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう											
		コーンポタージュ	ペーパン・ぎゅうにゅう スキムミルク	たまねぎ・にんじん・プロッコリー とうもろこし	じゃがいも・ごめこホワイトルウ あぶら									
		こめこマカロニひじきサラダ	とりにく・ひじき	キャベツ・きゅうり・あかバブリカ	ごめこマカロニ ソニエッグマヨネーズ									
22	水	ごはん			こめ								676	28.2
		あげとりどんのぐ	とりにく	にんにく・しょうが・ビーマン きパブリカ・ねぎ	でんぶん・さとう・あぶら									
		ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう											
		カレーふうみのキャベツたっぷりふたじる	ぶたにく・あぶらあげ・みそ	キャベツ・たまねぎ・にんじん	じゃがいも									
24	金	ごはん			こめ								606	24.8
		ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう											
		かんとうに	はんべん・がんもどき・こんぶ	だいこん・にんじん・こんにゃく	さといも・さとう									
		あつやきたまご	たまご											
		てっこつあえ	ちりめんじゅこ	ほうれんそう・はくさい	さとう									
27	月	しらたまうどん			しらたまうどん								599	19.7
		ごもくあんかけうどん(しる)	とりにく・かまぼこ	ごぼう・はくさい・にんじん・こまつな えのきだけ	でんぶん									
		ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう											
		さつまいもとれんこんのあまからがらめ		れんこん	さつまいも・でんぶん・あぶら さとう									
28	火	ごはん			こめ								651	22.3
		ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう											
		にくじやが	ぎゅうにく	にんじん・たまねぎ・さやいんげん こんにゃく	じゃがいも・さとう・あぶら									
		ごぼうつくね・2c	とりにく	たまねぎ・ごぼう・しょうが	ラード・でんぶん・あぶら・さとう									
		きりぼしだいこんのあますあえ	ツナ	きりぼしだいこん・こまつな	さとう・ごまあぶら									

◆お知らせ◆

①一宮市の給食では「そば・落花生」は、使用していません。

②2日、7日、9日、13日、17日、22日、28日のおかずの原料には「乳・卵・小麦・えび・かに」は含んでいません。

ただし、調味料に含まれる場合があります。詳しくは、栄養教諭・学校栄養職員にお問い合わせください。

③アレルギー表示について。・・・しょうゆ等の調味料に、微量に含まれるアレルゲンについては明記していません。

※都合により献立が変更になる場合があります。



★給食レシピ紹介★

一宮市では、学校給食課のウェブページに「好評献立」を掲載しています。
給食の味を家庭でも再現できるように、分量や作り方が分かるようになって
います。



22日 応募献立「カレー風味のキャベツたっぷり豚汁」

かいのいしょうがっこうじどうかんがんこんだいあいちけんさんしょくさい
開明小学校の児童が考へてくれた献立です。愛知県産の食材である
キャベツをたくさん使い、みんなが好きなカレー風味にしてもらいました。

