

2月 献立予定表

Table with columns for date, menu items, and nutritional values. It includes a section for '日本の食べ物の旅【北海道】' and 'リクエスト献立・久賀小学校'.

# 2月 献立予定表

日曜日	献立名	おも さいりょうめい 主な材料名						えいようが 栄養価		
		おも からだ 主に体をつくるものになる		おも からだ ちようし とどの 主に体の調子を整える		おも 主にエネルギーのもとになる		エネルギー (Kcal)	食塩 相当量 (g)	
		1群 たんぱく質	2群 無機質	3群 カロテン	4群 ビタミンC, 他	5群 炭水化物	6群 脂質			
19 水	ごはん 牛乳 豚肉と大根のカレー おさかなポテト 海藻サラダ(ドレッシング)		牛乳	にんじん	しょうが だいこん たまねぎ にんにく	小麦粉 砂糖	油	酒 塩 カレー粉 チャツネ ケチャップ しょう油 ガラムマサラ がらスープ	幼 512 小 667 中 846	1.5 2.0 2.4
〈 特別友好都市交流献立【中華人民共和国・桂林市】 〉										
20 木	ごはん 牛乳 ショールンポー①①①①② ピーフン炒め 八宝菜		牛乳		きくらげ たまねぎ ほうきさい しめじ たけのこ しょうが にんにく			酒 しょう油 がらスープ しょう油 塩 しょう油 がらスープ しょう油	幼 506 小 642 中 850	1.4 1.9 2.5
〈 姉妹都市交流献立【アメリカ合衆国カリフォルニア州・ユーバ市】 〉										
21 金	ホットドッグ(切り目入りコッペパン) ホットドッグ(チリドック) 牛乳 コールスロー(ドレッシング) チャウダー				たまねぎ キャベツ スイートコーン たまねぎ マッシュルーム	コッペパン 砂糖	油	酒 しょう油 中濃ソース チリパウダー 塩 ケチャップ トマトソース コールスロドレッシング ワイン ベンヤメルソース がらスープ 塩 しょう油	幼 500 小 648 中 806	1.7 2.5 3.2
25 火	おぎ 麦ごはん 牛乳 鶏肉のから揚げ のり酢和え ごま味噌汁		牛乳		しょうが にんにく しょうが もやし だいこん ねぎ ごぼう	ごはん おおむぎ でん粉	油	酒 しょう油 しょう油 酢 かつおだし	幼 519 小 693 中 858	1.3 1.7 2.0
26 水	和風スパゲティ 牛乳 豆腐ナゲット②②②③ さつまいものサラダ(マヨネーズ) みかんクレープ		牛乳		しいたけ しめじ たまねぎ にんにく スイートコーン えだまめ	スパゲティ	オリーブ油	ワイン コンソメ 塩 しょう油 マヨネーズ 塩 しょう油	幼 581 小 700 中 850	1.4 2.0 2.5
27 木	ごはん 牛乳 豚肉の味噌炒め おかか和え 手作り肉団子スープ		牛乳		しょうが にんにく たまねぎ キャベツ しょうが たまねぎ だいこん ねぎ	ごはん 砂糖	油 ごま	酒 しょう油 みりん しょう油 塩 しょう油 酒 かつおだし	幼 502 小 649 中 825	1.5 2.0 2.5
28 金	ごはん 牛乳 いかの甘酢あんかけ チンゲンサイの炒め物 もやしスープ		牛乳		ねぎ しめじ もやし たまねぎ しょうが	ごはん 砂糖 でん粉 はるさめ	油 油 ごま油 油	しょう油 みりん 酢 トウバンジャン 塩 しょう油 オイスターソース 酒 しょう油 塩 しょう油 がらスープ	幼 487 小 631 中 827	1.5 2.4 2.8

- \* 天候等の都合により、献立内容が変更することがあります。
- \* ★表記がある食品は、使用されている主な材料から分類し表記しています。
- \* 献立名の欄にある○の数字はおかずの数です。  
左から、幼・小(低)・小(中)・小(高)・中・職員 の順に示しています。
- \* 不明な点は給食センターへお問い合わせください。(Tel:0297-82-3363)

栄養素	基準量		2月の平均	
	エネルギー(Kcal)	食塩(g)	エネルギー(Kcal)	食塩(g)
幼稚園	490	1.5	518	1.6
小学校(3・4年)	650	2.0	656	2.1
中学校	830	2.5	833	2.7

学校で配布している献立予定表には「給食だより」を掲載しています。