



# 平成30年2月分 給食献立予定表



瀬戸内市邑久学校給食調理場

日付	献立名				主な材料				
	主食	主菜 (メインになるおかず)	副菜 (主菜を補う)	その他	赤	緑	黄		
1 (木)	米粉パン 【小麦・乳・大豆】	ポークビーンズ 【豚肉・牛肉・小麦・大豆】	ごぼうサラダ 【小麦・大豆・ごま】	りんごジャム 【りんご】	489 638 773 魚介類	牛乳 ふたにく だいたず きんときまめ	にんじん トマト ごぼう キャベツ レモン	たまねぎ しいげん とうもろこし りんご	米粉パン ごま じゃがいも 三温糖 ノンエッグマヨネーズ コーンスターチ
2 (金)	むぎ麦ごはん	いわしの甘酢味 【小麦・大豆】	さつま汁 【豚肉・大豆】	●福豆 【大豆】	608 727 864 緑黄色野菜	牛乳 とうふ ふたにく	いわし みそ だいたず	ごぼう はくさい ねぎ	こめ でんぷん 三温糖 さつまいも
5 (月)	むぎ麦ごはん	すきやき 【牛肉・小麦・大豆】	チンゲン菜のおかかあえ 【小麦・大豆】		508 640 758 小魚類	牛乳 とうふ	きゅうり かつおぶし	ごぼう たまねぎ はくさい しるねぎ チンゲンサイ	こめ 三温糖 じゃがいも
6 (火)	カレーラーメン 【中華めん・小麦】 【豚肉・小麦・大豆】		キャベツのレモン漬 【ごま・小麦・大豆】	やさいも	493 624 747 大豆製品	牛乳 みそ	ふたにく	にんにく たまねぎ レモン	中華めん でんぷん ごま 三温糖
7 (水)	むぎ麦ごはん	さばのあんかけ 【さば・小麦・大豆】	あおだいず 青大豆の臭汁 【鶏肉・大豆・小麦】	●味つけのり 【小麦・えび・大豆・ごま】	591 692 820 きのこ類	牛乳 あおだいず みそ	さば とうふ とりにく	しょうが たまねぎ だいこん	こめ 三温糖 じゃがいも
8 (木)	米粉パン 【小麦・乳・大豆】	タンドリーチキン 【鶏肉】	マッシュポテト もち麦スープ 【鶏肉・豚肉・小麦・大豆】		490 634 764 海藻類	牛乳 ウインナー	とりにく	にんにく レモン にんじん キャベツ	米粉パン じゃがいも もち麦
9 (金)	ぶたキムチどんぶり 【豚肉・いわ・りんご・ごま・小麦・大豆】		ごしき 五色ナムル 【小麦・大豆】		511 642 761 魚介類	牛乳 あぶらあげ	ふたにく きわかめ	にんじん ほししいたけ はくさい ごぼう にんにく ごま	こめ 三温糖 ごまあぶら
13 (火)	ソフトめんきのこソースかけ 【豚肉・鶏肉・小麦・大豆・えび・いわ・】		海藻サラダ 【小麦・大豆】	チョコマフィン 【小麦・乳】	597 697 824 種実類	牛乳 えび ほたて貝柱	ベーコン いわ わかめ	にんじん たまねぎ マッシュルーム チンゲンサイ とうもろこし	ソフトめん でんぷん 青じそドレッシング 小麦粉 バター チョコレート
14 (水)	むぎ麦ごはん	大豆のいそ煮 【鶏肉・小麦・大豆】	ごまぜあえ 【小麦・大豆・ごま】		499 626 743 魚介類	牛乳 だいたず ひらてん	とりにく あぶらあげ ひじき	にんじん しょうが いわし はくさい ごま	こめ じゃがいも 三温糖 ごま
15 (木)	セルフサンド【米粉パン・小麦・乳・大豆】 (ホキフライ【小麦・大豆】、キャベツのソテー)		冬野菜のスープ 【豚肉・鶏肉・小麦・大豆】	●マイティソース【りんご】	500 622 750 大豆製品	牛乳 ベーコン	ほき	キャベツ だいこん ほうれんそう	米粉パン あぶら ごま パン マイティソース じゃがいも
16 (金)	むぎ麦ごはん	マーボー豆腐 【豚肉・小麦・大豆・ごま】	中華サラダ 【小麦・大豆】	★いよかん	538 672 793 いも類	牛乳 みそ かんでん	ふたにく とうふ	にんじん ほししいたけ ねぎ キャベツ きくらげ いよかん	こめ 三温糖 ごまあぶら
19 (月)	炊き込みごはん 【鶏肉・小麦・大豆】	たこめしの具 【小麦・大豆】	大根とわかめの酢の物 【小麦・大豆】	中学3年生 わくわく給食	457 617 728 小魚類	牛乳 わかめ とうふ	たこ ふたにく みそ	にんじん えだまめ だいこん たまねぎ はくさい	こめ 三温糖 じゃがいも
20 (火)	白ごまとたんうどん 【うどん・小麦】 【鶏肉・小麦・大豆・ごま】		ししゃものすやき ゆずかあえ 【小麦・大豆】		481 621 757 根菜類	牛乳 あぶらあげ みそ	かまぼこ とりにく みそ	にんじん キャベツ ほうれんそう ゆず	うどん ごま 三温糖
21 (水)	むぎ麦ごはん	とりにくのからあげ 【鶏肉・小麦・大豆】	たくあんあえ 【小麦・大豆・ごま】 コーンスープ 【豚肉・鶏肉・大豆・小麦】	中学3年生 わくわく給食	585 708 832 大豆製品	牛乳 ベーコン	とりにく	しょうが キャベツ にんじん たまねぎ とうもろこし	こめ でんぷん じゃがいも ごま
22 (木)	こめこくろ糖 米粉黒糖パン 【小麦・乳・大豆】	クリームシチュー 【豚肉・鶏肉・えび・いわ・小麦・大豆・乳】	みず菜 水菜とツナの サラダ【ごま・小麦・大豆】	中学3年生 わくわく給食	509 662 893 海藻類	牛乳 いわ ほたて貝柱	ふたにく えび ツナ	にんじん マッシュルーム 水菜 だいこん	米粉パン バター じゃがいも 小麦粉 ごまドレッシング 幼・小 ミニオレシゼリー 中・焼きプリンタルト
23 (金)	むぎ麦ごはん	ちゃんこ鍋 【鶏肉・小麦・大豆】	アーモンドあえ 【小麦・大豆】	もってえねんジャーの日	494 623 738 緑黄色野菜	牛乳 とうふ こんぶ	とりにく たら	にんじん しょうが はくさい 白ねぎ キャベツ もやし	こめ ぐずきり 三温糖 アーモンド
26 (月)	むぎ麦ごはん	とりにく 鶏肉の塩こうじ焼き 【鶏肉】	ポテトサラダ きりほしだいこん 切干大根のみそ汁 【大豆】	中学3年生 わくわく給食	567 707 834 魚介類	牛乳 とうふ みそ	とりにく わかめ	梅干 にんじん だいこん	こめ じゃがいも ノンエッグマヨネーズ
27 (火)	ソフトめんシーフードソースかけ 【ソフトめん・小麦】 【豚肉・牛肉・鶏肉・えび・いわ・小麦・大豆】		フレンチサラダ		489 613 722 いも類	牛乳 えび ほたて貝柱	ベーコン いわ	たまねぎ マッシュルーム にんにく ブロッコリー とうもろこし	ソフトめん あぶら 三温糖 小麦粉
# (水)	カレーライス 【牛肉・豚肉・鶏肉・小麦・大豆】		鉄骨サラダ 【小麦・大豆】	●福神漬 【小麦・大豆・オレンジ】	584 730 864 大豆製品	牛乳 りめん	牛肉	にんにく たまねぎ ごま キャベツ	こめ じゃがいも むぎ あぶら 三温糖

※○印は瀬戸内市基本献立です。

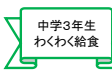
※献立は都合により変更することがあります。牛乳は毎日つきます。

※主に、加工食品、調味料を使用するものについて、献立名の欄に、アレルギー源になりやすい27品目に該当する物を【】に載せています。

※米粉パン・米粉黒糖パン【小麦・大豆・乳】、米粉中華めん・米粉ソフトめん・うどん【小麦】が含まれています。

※●は小袋がつきます。★は直接学校に配送されます。

※瀬戸内市のホームページに、献立と12月に使用している食材の産地を掲載しています。



邑久中学校3年生が1クエスト給食を考えてくれました！この日以外にも1品入っている日もあります。お楽しみに！