令和６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 主食	主菜（メインのおかず）	副菜（主菜をおぎなう）	その他	エネルギー（幼）（小）（中） 家庭でとってほしい食品	主な材料 血やにくになる	体の調子をととのえる	力や熱のもとになる
1（木）	米粉スイートポテトパン【小麦・乳・大豆】	とり肉の粒マスタード焼き【鶏肉・大豆・小麦】	◆パインサラダ ◆ミネストローネ【豚肉・鶏肉・小麦・大豆】	◆中学3年生わくわく給食	539 707 861 海藻類	牛乳 とり肉 ベーコン	キャベツ レッドキャベツ きゅうり パイナップル セロリー にんにく たまねぎ にんじん トマト ほうれん草	米粉スイートポテトパン ノンエッグマヨネーズ サラダ油 三温糖 じゃがいも マカロニ
2（金）	節分献立 ふくふくごはん【小麦・大豆・ごま】	いわしのかば焼き【小麦・大豆】	のっぺい汁【小麦・大豆】	●福豆【大豆】	587 713 836 緑黄色野菜	牛乳 ちりめん いわし 油揚げ ちらしかまぼこ 大豆	福神漬 枝豆 しょうが ごぼう にんじん だいこん 白ねぎ	米 むぎ ごま でんぷん 天ぷら油 三温糖 ごま油 さといも
5（月）	麦ごはん	◆邑久小リクエスト献立♪ ◆マーボー豆腐【豚肉・鶏肉・小麦・大豆・ごま】	ばんさんすう【小麦・大豆】		545 685 812 魚介類	牛乳 ぶた肉 大豆 みそ とうふ	しょうが にんにく にんじん たまねぎ 干椎茸 たけのこ ねぎ きくらげ キャベツ きゅうり	米 むぎ でんぷん ごま油 春雨 三温糖
6（火）	かやくうどん【うどん：小麦】【汁：鶏肉・小麦・大豆】	もってぇねんジャーの日 きびなごのカリカリフライ	くきわかめの甘酢あえ【小麦・大豆】		543 691 824 緑黄色野	牛乳 とり肉 油揚げ きびなご くきわかめ	にんじん たまねぎ ごぼう しめじ もやし ねぎ 切干大根 はくさい	うどん じゃがいも でんぷん 米粉 三温糖 ごま油
7（水）	もち麦ごはん	ゆずみそおでん【鶏肉・小麦・大豆】	ほうれん草のおひたし【小麦・大豆】		498 626 742 きのこ類	牛乳 とりにく 丸天 昆布 厚揚げ みそ かつおぶし	だいこん にんじん ゆず ほうれん草 はくさい	米 もちむぎ じゃがいも 三温糖
8（木）	◆米粉黒糖パン【小麦・乳・大豆】	ポークビーンズ【豚肉・小麦・大豆】	フレンチサラダ	◆中学3年生わくわく給食♪	461 657 790 種実類	牛乳 ぶた肉 大豆 ひよこ豆	にんじん たまねぎ トマト いんげん とうもろこし キャベツ きゅうり	米粉黒糖パン じゃがいも サラダ油 三温糖
9（金）	麦ごはん	チキン南蛮【鶏肉・小麦・大豆】 （●ノンエッグタルタルソース【大豆・りんご】、そえやさい）	豆乳みそ汁【大豆】	ふるさとの味給食の日	612 744 900 果物類	牛乳 とり肉 油揚げ みそ 豆乳	レモン キャベツ にんじん たまねぎ だいこん はくさい こまつな	米 むぎ でんぷん 天ぷら油 三温糖 じゃがいも ノンエッグタルタルソース
13（火）	ソフトめんのつけナポリタン【ソフトめん：小麦】【ソース：鶏肉・豚肉・小麦・大豆】		イタリアンサラダ	ココアマフィン【小麦・乳・大豆】	577 723 855 魚介類	牛乳 とり肉 ベーコン キャベツ とうもろこし	にんにく セロリー たまねぎ にんじん トマト マッシュルーム エリンギ ピーマン 赤ピーマン だいこん	ソフトめん サラダ油 イタリアンドレッシング でんぷん バター ケーキドーナツミックス チョコチップ
14（水）	麦ごはん	鮭の塩こうじ焼き【鮭・大豆】	◆アーモンドあえ【アーモンド・小麦・大豆】 ◆豚汁【豚肉・大豆】	◆中学3年生わくわく給食♪	566 711 843 きのこ類	牛乳 鮭 みそ ぶた肉 とうふ 油揚げ みそ	にんじん キャベツ ほうれん草 しょうが だいこん ねぎ	米 むぎ 砂糖 塩こうじ アーモンド 三温糖 さつまいも ごま油
15（木）	◆セルフハンバーガー（◆ハンバーグ【豚肉・鶏肉・大豆】、●ケチャップソース【大豆・りんご】、キャベツソテー）【米粉パン：小麦・乳・大豆】		◆中学3年生わくわく給食♪ 邑久小リクエスト献立♪ ◆コーンスープ【豚肉・鶏肉・小麦・大豆】	◆●ミルメークバナナ	520 690 847 海藻類	牛乳 ハンバーグ ベーコン	キャベツ にんじん たまねぎ とうもろこし チンゲン菜	米粉パン サラダ油 じゃがいも ミルメークバナナ
16（金）	キムチチャーハン【小麦・大豆・豚肉・さば・りんご】	◆焼きぎょうざ【小麦・豚肉・大豆・ごま】	◆中学3年生わくわく給食♪ もずくスープ【豚肉・鶏肉・小麦・大豆】	★いちごクレープ【大豆】	585 704 910 いも類	牛乳 ぶた肉 油揚げ ぎょうざ ベーコン ほたて もずく	にんにく 干椎茸 白菜キムチ こまつな にんじん たまねぎ えのき茸 もやし しょうが ねぎ	米 むぎ ごま油 いちごクレープ
19（月）	◆中学3年生わくわく給食♪ 邑久小リクエスト献立♪	◆カツカレーライス【カレー：牛肉・鶏肉・豚肉・小麦・大豆】【ヒレカツ：豚肉・小麦】	枝豆サラダ【小麦・大豆】		651 785 906 緑黄色野菜	牛乳 牛肉 大豆 ぶた肉	にんにく にんじん たまねぎ トマト 枝豆 とうもろこし キャベツ	米 むぎ じゃがいも サラダ油 小麦粉 パン粉 天ぷら油 三温糖
20（火）	豆乳ごま坦々うどん【うどん：小麦】【汁：豚肉・小麦・大豆・ごま】		切干大根のサラダ【小麦・大豆】	ぽんかん	528 676 791 海藻類	牛乳 ぶた肉 油揚げ みそ 豆乳	しょうが にんにく にんじん たまねぎ もやし チンゲン菜 切干大根 キャベツ ぽんかん	うどん 三温糖 ごま油 サラダ油 ごま
21（水）	麦ごはん	すきやき【牛肉・小麦・大豆】	キャベツの梅昆布あえ【小麦・大豆】		489 614 727 緑黄色野菜	牛乳 牛肉 昆布 とうふ	ごぼう にんじん たまねぎ 干椎茸 はくさい 白ねぎ キャベツ きゅうり うめ	米 むぎ 三温糖 じゃがいも
22（木）	米粉パン（幼小中1・2）【小麦・乳・大豆】 ◆きなこ揚げパン（中3のみ）【小麦・乳・大豆】	カレーポトフ【鶏肉・豚肉・小麦・大豆】 ◆中学3年生わくわく給食	かんきつドレッシングサラダ【小麦・オレンジ・大豆】	●黒豆きなこクリーム（幼小中1・2年）【乳・大豆・ごま】	518 659 846 魚介類	牛乳 きなこ とり肉 ウインナー	にんじん たまねぎ マッシュルーム 枝豆 キャベツ レッドキャベツ とうもろこし だいこん みずな	米粉パン 天ぷら油 サラダ油 じゃがいも かんきつドレッシング 黒豆きなこクリーム
26（月）	麦ごはん	さわらのレモンみそかけ【大豆】	いんげんのごまあえ【ごま・小麦・大豆】 だまこ汁【鶏肉・小麦・大豆】		555 697 826 大豆製品	牛乳 さわら みそ とり肉	レモン いんげん キャベツ にんじん ごぼう だいこん 干椎茸 はくさい ねぎ	米 むぎ 砂糖 三温糖 ごま油 サラダ油 ごま だまこもち
27（火）	ちゃんぽん【中華めん：小麦】【汁：豚肉・鶏肉・いか・小麦・大豆】		◆春巻き【小麦・大豆・豚肉】 ごまずあえ【小麦・大豆・ごま】	◆中学3年生わくわく給食♪	577 707 842 いも類	牛乳 ぶた肉 いか なると 春巻き	しょうが にんじん たまねぎ きくらげ 干椎茸 キャベツ もやし ねぎ だいこん チンゲン菜	中華めん ごま油 天ぷら油 三温糖 ごま
28（水）	麦ごはん	ぶた肉のしょうが炒め【豚肉・小麦・大豆】	◆ポテトサラダ【大豆】 ◆キャベツのみそ汁【大豆】	◆中学3年生わくわく給食♪	551 693 822 緑黄色野菜	牛乳 ぶた肉 油揚げ みそ	しょうが たまねぎ きゅうり にんじん ごぼう だいこん しめじ キャベツ 白ねぎ	米 むぎ 三温糖 じゃがいも ノンエッグマヨネーズ
29（木）	米粉パン【小麦・乳・大豆】	◆中学3年生わくわく給食 ◆クリームシチュー【鶏肉・豚肉・乳・小麦・大豆】	水菜とツナのサラダ【大豆・小麦・ごま】	◆●ミルメークコーヒー	515 668 806 海藻類	牛乳 とり肉 ベーコン ツナ	にんじん たまねぎ マッシュルーム ブロッコリー だいこん キャベツ みずな	米粉パン じゃがいも 小麦粉 バター ミルメークコーヒー

※○印は瀬戸内市基本献立です。　※●は、小袋がつきます。★は直接学校に配送されます。

※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。

※献立名の欄に、アレルギー源になりやすい28品目に該当するものを【　】に載せています。

※米粉パン・米粉スイートポテトパン・米粉黒糖パン【小麦・乳・大豆】

　米粉ソフトめん・米粉中華めん・うどん【小麦】が含まれています。

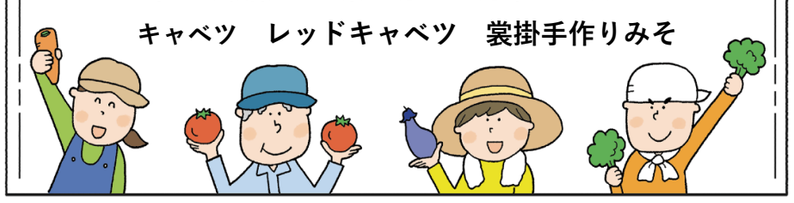
※6日（火）は「もってぇねんジャーの日」です。苦手なものにも挑戦して、食べ残しを少しでもなくしましょう。

※瀬戸内市のホームページに、献立表と使用した食材の産地を掲載しています。

２月の瀬戸内市産食材使用予定

米　小麦粉　白菜　ほうれん草　こまつな

キャベツ　レッドキャベツ　裳掛手作りみそ



◆今月と来月は、邑久中学校3年生のリクエストにこたえて、卒業前に食べたい給食の献立を取り入れています。
邑久小学校からのリクエストもあります。お楽しみに♪
22日（木）の『きなこあげパン』は、作業工程上全員に作ることが難しいため、中学3年生にだけ提供します。