

令和6年度 2月 学 校 給 食 予 定 献 立 表										若楠小学校	
◎ 食に関する指導目標 食べ物と健康について知ろう			◎ 給食指導目標 食べ物や作ってくれる人に感謝して食べよう					*しょうゆ濃口・薄口）及び中華スープの素は、小麦を含みます。 *マヨネーズは卵が入っていません。 *カレールウはアレルギー対応のルウです。（卵、乳不使用） *ハム、ウインナー、かまぼこ、ちくわ等練り製品に乳、卵は使用していません。 *学校行事等により献立変更の時は、別途お知らせします。			
節分献立…3日（月） 誕生おめでとう献立…5日（水）											
Happy-にんじんの日…21日（金）											
※佐賀の食材…ほうれん草、白菜、大根											
日 曜	献 立 名	献立の メッセージ	食 品 名			調味料	アレルギー物質表示7品目 (卵・乳・小麦・そば・落花生・えび・かに)	栄 養 価			
			主にエネルギーのもとになる (きいろ)	主に体をつくるもとになる (あか)	主に体の調子を整えるもとになる (みどり)			エネルギー (kcal)	たん白質 (g)		
3 月	ミルクパン いわしのフライ カラフルサラダ 野菜のクリームスープ	牛乳 福豆 節分について 知ろう	ミルクパン	牛乳			牛乳(乳)	693	25.8		
		和風ドレッシング	いわしのフライ1個			パン(小麦・乳)					
		油 マカロニ	鶏肉 牛乳 スキムミルク	たまねぎ にんじん パセリ しめじ 白菜	ポタージュ素塩こしょう						
4 火	ごはん 豚肉のしょうが焼き キャベツたっぷりサラダ さつまいもときのこのみそ汁	牛乳 6年生が考えた 献立です	ごはん	牛乳			牛乳(乳)	624	24.7		
		豚肉	玉ねぎ 生姜	醤油 酒 みりん							
		フレンチドレッシング ノンエッグマヨネーズ	ハム	キャベツ レタス きゅうり コーン							
5 水	ミルクパン ナポリタン ごまドレサラダ ストロベリーゼリー	牛乳 誕生おめでとう 献立	ミルクパン	牛乳			牛乳(乳)	601	20.5		
		スパゲティ オリーブ油	ウインナー 粉チーズ	たまねぎ にんじん マッシュルーム	トマトピューレ ケチャップ ソース						
		ごまドレッシング	ハム	キャベツ きゅうり バブリカ コーン	塩 こしょう アジコン 赤ワイン						
6 木	ごはん 厚揚げの中華炒め 切り干し大根の和え物 佐賀のり	牛乳 佐賀のりを味わおう	ごはん	牛乳			牛乳(乳)	605	23.7		
		かたくり粉 ごま油 さとう	厚揚げ 豚肉	しょうが にんにく キクラゲ たけのこ ねぎ	中華スープ 酒 しょうゆ						
		ナムルドレッシング	のり1袋	切干大根 きゅうり にんじん	醤油みりん						
7 金	ごはん 塩からあげ ブロッコリーのナムル かぼちゃとしめじのみそ汁	牛乳 6年生が考えた 献立です	ごはん	牛乳			牛乳(乳)	630	23.5		
		片栗粉 油 ごま油	鶏肉	にんにく 生姜	酒 塩 こしょう						
		ごま油 ごま 砂糖		ブロッコリー	塩 酢						
10 月	ミルクトースト コールスローサラダ ミートボールのスープ	牛乳 カルちゃん給食です (カルシウムをとろう)	食パン	牛乳			食パン(小麦・乳)	631	19.7		
		練乳 バター オリーブ油				牛乳(乳)					
		コールスロードレッシング	チーズ	キャベツ きゅうり バブリカ とうもろこし							
11 火	建国記念の日										
12 水	ミルクパン トマトシチュー イタリアンサラダ	牛乳 キレイな手にしよう	ミルクパン	牛乳			牛乳(乳)	609	23.6		
		じゃがいも 小麦粉 バター	鶏ひき肉 豚ひき肉	にんじん 玉ねぎ にんにく 生姜	白ワイン塩こしょうアジコン						
		油片栗粉	おから ひよこ豆	マッシュルーム パセリ	トマトケチャップ赤ワインソース						
13 木	ごはん いわしの梅みそ煮 大豆の磯煮 沢煮糍	牛乳 和食に親しもう	ごはん	牛乳			牛乳(乳)	589	25.4		
			いわしの梅みそ煮1個								
		砂糖	大豆 鶏肉 ひじき	にんじん こんにゃく 枝豆	濃口しょうゆ みりん						
14 金	ごはん レンコンハンバーグ きゅうりともやしのナムル 具だくさん野菜スープ チョコクレープ	牛乳 6年生が考えた 献立です バレンタインデー	ごはん	牛乳			牛乳(乳)	677	24.2		
		片栗粉 砂糖	鶏肉 豚肉	生姜 蓮根	ケチャップ ソース						
		ごま 砂糖 ごま油		もやし きゅうり	醤油 酢						
17 月	食パン 豚肉のマーマレード煮 ポテトビーンズ 根菜スープ	牛乳 りんごジャム せんいくん給食です (食物繊維 たっぷり献立)	食パン	牛乳			牛乳(乳)	623	26.0		
		マーマレードジャム 油 かたくり粉	豚肉	にんにく	醤油酒						
		じゃがいも 油小麦粉	大豆 青のり		塩						
18 火	ごはん さばの塩焼き 野菜炒め 豚汁	牛乳 6年生が考えた 献立です	ごはん	牛乳			牛乳(乳)	637	25.8		
			さば								
		油		キャベツ にんじん 玉ねぎ	塩 こしょう						
19 水	ミルクパン タンダーチキン ほうれん草のソテー かぶとベーコンのトマトスープ	牛乳 何でも食べよう	ミルクパン	牛乳			牛乳(乳)	664	27.3		
			鶏肉 ヨーグルト	にんにく しょうが	カレー粉トマトケチャップ						
		油		ほうれん草 たまねぎ キャベツ エリンギ コーン	アジコン 塩こしょう						
20 木	わかめごはん 白ごまだんたんうどん 野菜のおかか和え	牛乳 マナーを守って 楽しく食べよう	ごはん ごま	牛乳			牛乳(乳)	560	19.6		
		うどん 油 砂糖 練ごま ごま	鶏肉 竹輪 油揚げ みそ	玉葱 人参 キャベツ 白ねぎ	醤油塩						
			だし昆布 かつお節								
21 金	麦ごはん チキンカレー 海藻サラダ ヨーグルト	牛乳 ハッピー-にんじん	麦ごはん	牛乳			牛乳(乳)	656	23.7		
		じゃがいも 油	鶏肉	玉ねぎ にんじん にんにく りんごピューレ	カレールー 赤ワイン						
		和風ドレッシング	海藻ミックス オーシャンキング(冷)	にんじん もやし きゅうり キャベツ							
24 月	振 替 休 日										
25 火	ごはん みそちゃんこ鍋 チーズ納豆 手巻きのり	牛乳 納豆について 知ろう	ごはん	牛乳			牛乳(乳)	602	25.9		
			鶏ひき肉 豚ひき肉 みそ	ねぎ しょうが	酒 みりん						
		油	納豆 チーズ	刻み高菜	醤油 みりん						
26 水	ガーリックトースト 大根と水菜のサラダ チリコンカン	牛乳 チリコンカンに ついて知ろう	食パン マーガリン オリーブ油	牛乳			食パン(小麦・乳)	618	23.7		
		和風ドレッシング	ささみ	大根 水菜 キャベツ コーン 枝豆	牛乳(乳)						
		じゃがいも 砂糖 油	豚肉 ミックスビーンズ	キャベツ 玉ねぎ にんじん パセリ	トマトピューレ ソース 塩 こしょう						
27 木	ごはん 魚のあずま煮 ごぼうサラダ すまし汁	牛乳 よく噛んで食べよう	ごはん	牛乳			牛乳(乳)	634	24.6		
		片栗粉 ごま 砂糖 油	ホキ			醤油酒みりん					
		ごま マヨネーズ		にんじん ごぼう きゅうり	醤油 みりん						
28 金	△ おにぎり弁当の日(家からおにぎりを持てきましょう。給食はありません。) △										

※第3金曜日・土・日は佐賀県食育の日