

令和7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			<div></div> <div>*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。</div> <div></div>						
◎ 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									
節分献立…3日（火） 誕生おめでとう献立…4日（水）									
ハッピーにんじんの日…20日（金） 									
※佐賀の食材…ピーマン、さといも、にら、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 ※食材の入荷状況で献立が変更になる場合もあります。ご了承ください。			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)	エネルギー (kcal)	たん白質 (g)
			主に体をつくるものになる (あか)	主にエネルギーのもとになる (きいろ)	主に体の調子を整えるものになる (みどり)				
2月	食パン ビーフシチュー ツナサラダ	牛乳 サンドイッチを作ろう	牛乳 牛肉、白いんげんピューレ	食パン じゃがいも、サラダ油 ハヤシルウ(小麦不使用)	玉ねぎ、人参、マッシュルーム 枝豆、おろしにんにく、カットトマト	デミグラスソース、赤ワイン、ウスター チャツネ、がらスープ、ブイヨン、こしょう	牛乳(乳) 食パン(小麦、乳) デミグラスソース(小麦)	615	22.5
			まぐろツナ	マヨネーズ	キャベツ、きゅうり、人参				
3火	ごはん、福豆 いわしのフライ おからのサラダ みそ汁	牛乳 節分について知ろう	牛乳、福豆 いわしのフライ ハム、おから 油揚げ、みそ、わかめ	ごはん 揚げ油 マヨネーズ 油	人参、きゅうり、枝豆 玉ねぎ、人参、白菜、しめじ	薄口しょうゆ、みりん、酢 煮干し(出し)、酒	牛乳(乳) いわしフライ(小麦)	708	26.7
4水	黒糖パン スパゲティ・ボロネーゼ 冬野菜のサラダ 果とさつまいものタルト	牛乳 2月生まれのお友達をお祝いしよう♪	牛乳 牛ひき肉、粉チーズ ハム	黒糖パン スパゲティ、オリーブ油	玉ねぎ、人参、マッシュルーム セロリー、おろしにんにく ほうれん草、白菜、人参	トマトピューレ、ケチャップ、デミグラスソース 塩、こしょう、ブイヨン、赤ワイン、粉、パセリ イタリアンドレッシング	黒糖パン(小麦、乳) 牛乳、粉チーズ(乳) スパゲッティ(小麦) デミグラスソース(小麦)	697	23.8
				果とさつまいものタルト(小麦、卵、乳不使用)					
5木	ごはん 豚肉のしょうが焼き キャベツのサラダ のっぺい汁	牛乳 時間を守って食べよう	牛乳 豚肉 鶏肉、油揚げ	ごはん 三温糖、サラダ油 里芋、かたくり粉	玉ねぎ、生姜 キャベツ、人参、きゅうり、コーン 干椎茸、人参、玉ねぎ、板こんにゃく、ごぼう、大根、ねぎ	濃口しょうゆ、酒、みりん コーンスロート、デミグラスソース	牛乳(乳)	618	24.5
						かつお節(だし)、だし昆布、淡口、酒、塩			
6金	ごはん 厚揚げの中華煮 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	牛乳 厚揚げ、豚肉 ハム のり1袋	ごはん かたくり粉、ごま油、三温糖 ごま	キャベツ、玉ねぎ、人参、玉ねぎ、干椎茸 おろししょうが、にんにく、たけのこ、ねぎ 切干大根、ほうれん草、人参	がらスープ、酒 中華スープ、濃口しょうゆ 薄口しょうゆ、みりん、ごまドレッシング	牛乳(乳)	568	21.6
9月	ミルクパン、ドーナツ クリームシチュー かにかまサラダ	牛乳 時間を守って食べよう	牛乳 鶏肉、牛乳 白いんげんピューレ かにかま	ミルクパン、ボンデドーナツ じゃがいも、バター、薄力粉 サラダ油	玉ねぎ、人参、しめじ、コーン 枝豆 キャベツ、人参、きゅうり、コーン	がらスープ、白ワイン ブイヨン、塩、こしょう 和風ドレッシング	牛乳(乳) ミルクパン(小麦、乳) バター(乳)、薄力粉(小麦) ドーナツ(小麦、乳、卵)	707	22.6
10火	ごはん さばのカレー焼き 野菜炒め 豚汁	牛乳 バランスよく食べよう	牛乳 さば ハム 豚肉、みそ	ごはん サラダ油 さつまいも	玉ねぎ、キャベツ、人参、もやし、おろしにんにく 玉ねぎ、人参、大根、ごぼう、板こんにゃく、小ねぎ	酒、カレー粉 塩、こしょう 煮干し(出し)、酒	牛乳(乳)	610	27.4
11水	🍀 けんこくきねん ひ 建国記念の日 🍀								
12木	ごはん、ふりかけ 具うどん 野菜チップス	牛乳 姿勢よく食べよう	牛乳 油揚げ、鶏肉、かまぼこ	ごはん、お魚ふりかけ(卵不使用) うどん、三温糖	玉ねぎ、人参、白菜、干椎茸、葉ねぎ	濃口、薄口しょうゆ、酒 みりん、塩、煮干し(出し)	牛乳(乳) うどん、麺 ふりかけ(小麦)	600	19.2
					さつまいも、揚げ油	れんこん			
13金	ごはん、チョコプリン ハートのハンバーグ フレンチサラダ ビーフンスープ	牛乳 バレンタインデー給食	牛乳 ハンバーグ(卵、乳不使用) 鶏肉	ごはん、チョコプリン(卵、乳不使用) ビーフン		デミグラスソース、赤ワイン トマトケチャップ、ウスターソース フレンチドレッシング	牛乳(乳) ハンバーグ(小麦) デミグラスソース(小麦)	664	15.8
					キャベツ、人参、きゅうり、コーン 玉ねぎ、人参、白菜、しめじ	がらスープ、中華スープ、酒、薄口			
16月	ミルクパン、ヨーグルト クリームスパゲティ りっちゃんのサラダ	牛乳 カルちゃん給食です(カルシウムたっぷり献立)	牛乳、ソファールヨーグルト 鶏肉、牛乳、スキムミルク 白いんげんピューレ ハム、かつお節、塩昆布	ミルクパン スパゲティ、オリーブ油 シチュールウ(小麦、乳不使用) サラダ油、上白糖	玉ねぎ、人参、マッシュルーム おろしにんにく キャベツ、きゅうり、人参、コーン	ブイヨン、白ワイン パセリ粉、塩、こしょう 酢、薄口しょうゆ、こしょう	ミルクパン(小麦、乳)、牛乳 スパゲティ(小麦) ヨーグルト(乳) スキムミルク(乳)	629	25.7
17火	ごはん 煮魚 ほうれん草のごま和え 沢煮椀	牛乳 てっちゃん給食です(鉄分たっぷり給食)	牛乳 さば 豚肉	ごはん 三温糖 ごま	しょうが ほうれん草、もやし、人参 玉ねぎ、人参、たけのこ、ごぼう、干椎茸、葉ねぎ	濃口しょうゆ、酒、みりん 濃口しょうゆ、みりん かつお節(だし)、だし昆布、淡口、酒、塩	牛乳(乳)	588	26.3
18水	ビスキュイ風トースト コーンサラダ ミートボールと野菜のスープ	牛乳 パンについて知ろう	牛乳 ハム ミートボール(卵、乳不使用)	食パン、グラニュー糖、バター、薄力粉、オリーブ油 マヨネーズ		パネラエッセンス がらスープ、ブイヨン、酒、薄口しょうゆ	食パン(小麦、乳) 牛乳・バター(乳) ミートボール(小麦) 薄力粉(小麦)	605	19.1
					きゅうり、キャベツ、コーン、人参 玉ねぎ、人参、ほうれん草、かぶ、しめじ				
19木	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	牛乳 鶏ひき肉、豚ひき肉、みそ 白いんげんピューレ、厚揚げ 納豆、チーズ/手巻きのり	ごはん サラダ油	白菜、糸こんにゃく、人参、もやし おろししょうが、にんにく、白ねぎ 高菜漬	酒、みりん、濃口しょうゆ、塩 かつお節(だし)、だし昆布、淡口しょうゆ 濃口しょうゆ、みりん	牛乳(乳) チーズ(乳)	622	26.2
20金	麦ごはん カツカレー 海藻サラダ	牛乳 ハッピーにんじん	牛乳 鶏肉、ヒレカツ(卵、乳不使用)	麦ごはん じゃがいも、揚げ油 カレールウ、サラダ油	玉ねぎ、人参、おろしにんにく 枝豆	ウスターソース、りんごビュレ トマトケチャップ、赤ワイン、カレー粉	牛乳(乳) カレールウ(小麦) ヒレカツ(小麦)	722	23.8
			海そうミックス、まぐろツナ	人參、もやし、きゅうり、キャベツ	和風ドレッシング				
23月	🍀 てんのうたんじょうび 天皇誕生日 🍀								
24火	わかめごはん みそラーメン 蒸しぎょうざ	牛乳 わかめについて知ろう	牛乳、わかめごはんの素 焼き豚、なると、みそ ぎょうざ1こ	ごはん、ごま ラーメン、ごま油	枝豆 玉葱、人参、キャベツ、きくらげ もやし、おろしにんにく、生姜、葉ねぎ	白湯スープ、薄口しょうゆ 酒、がらスープ、中華スープ	牛乳(乳) ラーメン、麺(小麦) ぎょうざの皮(小麦)	583	20.5
25水	食パン、りんごジャム チリコンカン フルーツヨーグルト	牛乳 チリコンカンについて知ろう	牛乳 豚ひき肉、ミックスビーンズ 大豆 ヨーグルト	食パン、りんごジャム じゃがいも、三温糖、サラダ油	玉ねぎ、人参、カットトマト 枝豆、おろしにんにく みかん缶、パイナップ缶、黄桃缶、バナナ	濃口しょうゆ、赤ワイン、赤ワイン トマトピューレ、ソース、塩、こしょう トマトケチャップ、ビュレ、ブイヨン	食パン(小麦、乳) 牛乳(乳) ヨーグルト(乳)	596	21.9
26木	ごはん とりのから揚げ キャベツのいそか和え みそ汁	牛乳 よくかんで食べよう	牛乳 鶏肉 焼きのり 厚揚げ、みそ、わかめ	ごはん 薄力粉、片栗粉、揚げ油	おろしにんにく キャベツ、きゅうり、人参、もやし 玉ねぎ、人参、しめじ、小ねぎ	酒、塩、こしょう、薄口しょうゆ 濃口しょうゆ 煮干し(出し)、酒	牛乳(乳) 薄力粉(小麦)	650	23.7
27金	🍱 お弁当の日(家からお弁当を持てきましょう。給食はありません。) 🍱								

※第3金曜日・土・日は佐賀県食育の日