

2月の予定献立表

富山市立興南中学校
富山市南学校給食センター

日	曜日	主食	牛乳	副 食	使 用 す る 食 品 名					
				献 立 名	赤 体をつくるもの		緑 体の調子を整えるもの		黄 熱や力になるもの	
					1 群	2 群	3 群	4 群	5 群	6 群
1	火	ごはん	○	☆野菜の肉巻き ゆかりあえ おでん 納豆	☆鶏肉 かまぼこ 納豆	牛乳 昆布	☆にんじん ☆いんげん チンゲンサイ	白菜 ゆかり 大根	精白米 ☆砂糖 こんにやく 里いも	
2	水	ごはん	○	魚の利久揚げ レモンあえ 中華かき玉汁 節分豆	しいら 卵 大豆	牛乳	にんじん しょうが きゅうり もやし 白菜	かぶ レモン 白菜	精白米 小麦粉 でん粉 砂糖	ごま 油
3	木	ごはん	○	☆いわしの土佐煮 野菜ソテー 豚肉とじゃがいものうま煮	☆いわし ☆かつおぶし 豚肉	牛乳	グリーンアスパラガス にんじん いんげん	エリンギ たまねぎ たけのこ キャベツ	精白米 でん粉 ☆砂糖 じゃがいも	油
4	金	ごはん	○	マーボー豆腐 ☆にんじんシューマイ おひたし	豚肉 豆腐 ☆たら	牛乳	☆にんじん 小松菜	しょうが にんにく ねぎ たけのこ もやし 干しいたけ ☆たまねぎ	精白米 ☆砂糖 ☆小麦粉 ☆でん粉	油 ☆ごま油 ☆ラード
7	月	ごはん	○	《選択献立》 ◆豚肉の竜田揚げ ◆☆えびカツ ごまあえ みそ汁 ●☆はちみつレモンゼリー ●☆いちごのシュークリーム	豚肉 ☆えび ☆たら ☆卵 うす揚げ	牛乳 ☆乳	チンゲンサイ にんじん	しょうが ☆たまねぎ もやし ねぎ ☆レモン ☆いちご	精白米 ☆でん粉 ☆パン粉 ☆小麦粉 ☆砂糖 じゃがいも ☆水あめ ☆はちみつ	油 ごま
8	火	麦 ごはん	○	ビーフストロガノフ チーズポテト グリーンサラダ	牛肉	牛乳 チーズ	ブロッコリー グリーンアスパラガス	たまねぎ しめじ きゅうり	精白米 麦 じゃがいも 砂糖	油 ハヤシルウ
9	水	ごはん	○	魚の甘みそかけ ひじきと小松菜の炒め煮 高野豆腐の卵とじ パナナ	あじ 鶏肉 高野豆腐 卵	牛乳 ひじき	小松菜 にんじん	れんこん たまねぎ バナナ	精白米 米粉 砂糖 こんにやく	油 ごま
10	木	ごはん	○	ちゃんこ鍋 煮豆 きざみあえ いよかん	つみれ 焼き豆腐 金時豆	牛乳	にんじん	大根 白菜 ねぎ えのきたけ キャベツ きゅうり いよかん	精白米 砂糖	
14	月	米粉 コッペ パン		ウインナー 白菜とりんごのサラダ コーンチャウダー オレンジジュース	ウインナー 鶏肉	牛乳	にんじん	白菜 きゅうり りんご たまねぎ とうもろこし オレンジ	米粉コッペパン 砂糖 じゃがいも	オリーブ オイル 油 ホワイトルウ
15	火	ごはん	○	☆卵ロール 白いんげん豆のトマト味 野菜のスープ煮	☆卵 大豆 いんげん豆 豚肉	牛乳	トマト にんじん かぶの葉	にんにく たまねぎ かぶ	精白米 ☆砂糖 じゃがいも ☆でん粉	油
16	水	ソフト麺	○	五目あん ごまだれポテト 切り干し大根のドレッシングあえ ☆味付け小魚	豚肉 ☆かたくちいわし	牛乳	にんじん ブロッコリー	たけのこ 干しいたけ もやし キャベツ 切り干し大根	ソフト麺 ☆砂糖 じゃがいも	油 ごま
17	木	ごはん	○	☆さわらの塩焼き 磯あえ 大根と厚揚げの中華煮 甘平	☆さわら 厚揚げ	牛乳 のり	チンゲンサイ にんじん いんげん	キャベツ 大根 しょうが 甘平	精白米 こんにやく 砂糖	ごま油
18	金	ごはん	○	鶏肉とレバーのカレー風味 小松菜のナムル たら汁	鶏肉 豚レバー たら	牛乳	小松菜 にんじん	しょうが もやし ごぼう 白菜 ねぎ	精白米 でん粉 砂糖	油 ごま油
21	月	ごはん	○	いかと里いもの煮物 梅フライビーンズ 昆布あえ ポケットチーズ	いか ひよこ豆	牛乳 昆布 チーズ	にんじん	しょうが 大根 ゆかり かぶ きゅうり	精白米 こんにやく 砂糖 里いも でん粉	油
22	火	ごはん	○	☆小あじのから揚げ 菜花ひたし 白ごま豆乳うどん 穀物ふりかけ	☆あじ 豚肉 うす揚げ 豆乳	牛乳	菜花 にんじん	☆しょうが ねぎ ☆にんにく もやし たまねぎ 白菜	精白米 ☆でん粉 ☆パン粉 砂糖 うどん 穀物ふりかけ	油 ごま
24	木	ごはん	○	そぼろ丼（鶏そぼろ・炒り卵） よごし すまし汁 ☆ひなあられ	鶏肉 炒り卵 豆腐	牛乳 ☆昆布 わかめ ☆青のり	小松菜 にんじん	しょうが 白菜 えのきたけ ねぎ	精白米 砂糖 ☆もち米	油 ごま
25	金	ごはん	○	☆さばの照り焼き チンゲンサイソテー 豚汁 りんご	☆さば 豚肉 厚揚げ	牛乳	チンゲンサイ にんじん	たまねぎ しょうが とうもろこし 白菜 ねぎ りんご	精白米 ☆砂糖 ☆水あめ じゃがいも	油
28	月	コッペ パン	○	☆スコッチエッグ えごまドレッシングサラダ ビーンズポタージュ セとか	☆卵 ☆豚肉 ☆鶏肉 白いんげん豆	牛乳 生クリーム	ブロッコリー 水菜	☆たまねぎ かぶ えごまの葉 セとか	コッペパン ☆パン粉 ☆砂糖 じゃがいも	☆ラード ☆油 ホワイトルウ

※学校給食の食材について

富山市学校給食会のホームページで、学校給食用食材（青果物・魚）の予定産地を公開しています。

☆：加工食品または、それに使われているおもな原材料