



2月の献立



駒形中学校

日	献立名	赤の食品 (血や肉になる)		黄の食品 (熱や力になる)		緑の食品 (体の調子を整える)		エネルギー kcal
		1群	2群	5群	6群	3群	4群	
3月	大豆のかき揚げ丼	大豆、えびいか		精白米、 砂糖、でんぷん	油、ごま油	にんじん、 さやいんげん	玉葱	805
	いわしのつみれ汁	いわし、たら 赤みそ、白みそ				にんじん、 にまつな	しょうが、長葱、 だいこん、はくさい	
	果物(りんごの予定)	節分メニュー					りんごの予定	
	牛乳		牛乳					
4月	さつまいもご飯			精白米、さつまいも				760
	鶏肉の照り焼き★リクエスト★	鶏もも切り身		砂糖	ごま油		にんにく、しょうが	
	パプリカサラダ★リクエスト★			ワンタンの皮	油	にんじん、こまつな	キャベツ、きゅうり、長葱	
	豚汁★リクエスト★／牛乳	豚肉、豆腐、みそ／	／牛乳	じゃがいも／	油／	にんじん／	ごぼう、だいこん、長ねぎ、えのき、 だけ、こんにゃく	
5月	カレーうどん	豚肉、油揚げ		冷凍うどん、砂糖、でん ぷん	油	にんじん、こまつな	玉葱、長ねぎ	754
	磯和え		きざみのり			ほうれんそう、にん じん	もやし、キャベツ、えのきだけ	
	フ라우ニー★リクエスト★	卵、豆乳		砂糖、チョコレート、小 麦粉	有塩バター			
	牛乳		牛乳					
6月	ご飯			精白米				700
	魚の西京焼き	ソイ、白みそ		砂糖	ごま油		しょうが	
	野菜と春雨炒め			春雨	油、ごま油	にんじん、にら	にんにく、りょうこうとうもろこし、 キャベツ	
	かきたま汁／牛乳	卵／	わかめ／牛乳	でんぷん／			だいこん、長ねぎ／	
7月	いわしのひつまぶし	まいわし	きざみのり	精白米、でんぷん、砂糖	油、白ごま	万能ねぎ	しょうが	730
	ひじきサラダ		ひじき	砂糖	ごま油	にんじん	キャベツ、もやし、きゅうり	
	芋団子汁	鶏肉		じゃがいも、でんぷん	油	にんじん、こまつな	ごぼう、だいこん、長ねぎ	
	牛乳		牛乳					
10月	ご飯／牛乳		／牛乳	精白米／				793
	ジャンボ餃子★リクエスト★	豚ひき肉		ぎょうざの皮、でんぷ ん、小麦粉	ごま油、油	にら	にんにく、しょうが、長ねぎ、キャ ベツ	
	春雨サラダ			春雨、砂糖	白ごま、ごま油	にんじん	もやし、キャベツ、きゅうり	
	キムチスーフ★リクエスト★	鶏肉、豆腐、卵		でんぷん	油	にんじん	玉葱、はくさい、はくさいキムチ、 漬け	
12月	わかめご飯		炊き込みわかめ	精白米				736
	鶏肉と大豆のうま煮	生揚げ、鶏肉、大豆		砂糖、じゃがいも	油	にんじん	だけの、こんにゃく、ごぼう	
	野菜のピリ辛あえ			砂糖	ごま油	こまつな、にんじん	きゅうり、大豆、もやし、にんにく	
	牛乳		牛乳					
13月	肉うどん	豚肉、豚ばら肉、油揚 げ		冷凍うどん、じゃがい も	油	にんじん、こまつな	ごぼう、だいこん、長ねぎ、こんに ゃく	730
	ニギスの磯辺揚げ	にぎす	あおのり	小麦粉	油			
	青菜とささみの和え物	鶏肉				ほうれんそう、にん じん	もやし	
	牛乳／果物(梅の予定)		牛乳／				／梅の予定	
14月	チョコレートパン	☆バレンタインメニュー☆		ココアパン、 チョコレート				795
	鶏肉のトマト煮	鶏肉		じゃがいも、砂糖	油	にんじん、トマト、ブ ロッコリー	にんにく、玉葱、ぶなしめじ、カリ フラワー	
	イタリアンサラダ			砂糖	油	にんじん、赤パプリ カ	キャベツ、きゅうり	
	牛乳		牛乳					
17月	カツカレーライス	豚ひれ肉		精白米、じゃがいも、小 麦粉、パン粉	油、有塩バター	にんじん、トマト、 ビュレ	にんにく、しょうが、玉葱	833
	じゃこ入りサラダ		ちりめんじゃこ	砂糖	白ごま油、ごま油	こまつな、にんじん	キャベツ、もやし、きゅうり、玉葱	
	果物(柑橘類)						柑橘類の予定	
	牛乳		牛乳					

日	献立名	赤の食品 (血や肉になる)		黄の食品 (熱や力になる)		緑の食品 (体の調子を整える)		エネルギー kcal
		1群	2群	5群	6群	3群	4群	
18火	五目あんかけ焼きそば	豚肉、いか、むきえび、うず ら餅		むし中華めん、でんぷ ん	油	にんじん	しょうが、にんにく、だけの、玉葱、干し 椎茸、ちやいばくさい	882
	中華きゅうり			砂糖	ごま油		きゅうり	
	スイートポテト★リクエスト★	豆乳		さつまいも、砂糖	有塩バター			
	牛乳		牛乳					
19水	ご飯／牛乳		／牛乳	精白米／				769
	和風れんこんハンバーグ	豚ひき肉、鶏ひき肉、豆腐		パン粉、砂糖、でんぷん	油		玉葱、れんこん、えのきだけ、ぶなし めじ	
	野菜ソテー	ベーコン		じゃがいも	油	ほうれんそう	コーン	
	呉汁	大豆、豆乳、白みそ		じゃがいも、でんぷん		にんじん、こまつな	ごぼう、こんにゃく、だいこん、長 ねぎ	
20木	豚キムチ丼	豚肉、みそ		精白米、砂糖、でんぷん	ごま油	にんじん	にんにく、しょうが、長ねぎ、玉葱、 白菜キムチ、白菜	780
	野菜の塩こんぶあえ		塩昆布	砂糖	ごま油	にんじん、にら	キャベツ、きゅうり、しょうが	
	サワーボンチ★リクエスト★						パイン缶、みかん缶、黄桃缶	
	牛乳		牛乳					
21金	ご飯／牛乳		／牛乳	精白米／				703
	豆腐のまさご揚げ	豆腐、鶏ひき肉、えび、卵	しらす	でんぷん	油	にんじん	玉葱	
	おかか和え	糸けすりぶし				ほうれんそう、にん じん	キャベツ、もやし	
	けんちん汁	鶏肉、豆腐				にんじん、こまつな	はくさい、こんにゃく、だいこん、 長ねぎ	
25火	ごまビスキュイパン	卵		食パン、砂糖、小麦粉	有塩バター、すり ごま			733
	ポトフ	ベーコン、豚肉			油	にんじん	玉葱、キャベツ、マッシュルーム	
	カッスヨーグルト		ヨーグルト					
	牛乳		牛乳					
26水	キムチチャーハン	豚肉		精白米	油、白ごま	にんじん、ピーマン	干し椎茸、長ねぎ、しょうが、白菜、 キムチ	700
	変わりきゅうり				ごま油		きゅうりにんにく	
	肉団子スープ	豚ひき肉、鶏ひき肉		でんぷん		にんじん、ほうれん そう	しょうが、だけの、玉葱、はくさい	
	牛乳		牛乳					
27木	ハヤシライス	豚肉	粉チーズ	精白米、小麦粉	油、有塩バター	にんじん	玉葱、マッシュルーム	745
	グリーンサラダ			砂糖	油	にんじん、パプリカ	キャベツ、きゅうり	
	果物(柑橘類)						柑橘類の予定	
	牛乳		牛乳					
28金	きなご揚げパン	きな粉		コッペパン、砂糖	油			814
	ポークビーンズ	ウィンナー、豚肉、白いん げん豆		じゃがいも、砂糖	油	にんじん、トマト、 ビュレ、トマト	玉葱	
	カレードレッシングサラダ	ツナ		砂糖	油	こまつな、にんじん、 赤パプリカ	キャベツ、きゅうり、玉葱	
	牛乳		牛乳					



給食当番のマスク着用にご協力をお願いいたします！
本校では、給食当番の生徒はマスクを持参し、配膳中は着用するよう指導しております。お子様が給食当番に当たった際は、マスクの持参をお願いいたします。



★リクエスト★と書かれたメニューはリクエスト給食上位のメニューです。