



令和6年度 2月の学校給食予定献立表

大和町学校給食センター

| 日 | 曜 | 給食のない学校 学年 など | 献立名 | 赤の食べ物 | 緑の食べ物 | 黄の食べ物 | 栄養価・小 | | 栄養価・中 | | |
|----|---|-------------------------|---|--|--|---|---|----------|-------------|----------|------|
| | | | | (たんぱく質・カルシウム) 血や筋肉や骨になる | 体の調子を整える (ビタミン・ミネラル) | 熱や力になる (炭水化物・脂質) | エネルギー(kcal) | たんぱく質(g) | エネルギー(kcal) | たんぱく質(g) | |
| 3 | 月 | 大和中3年 宮床中3年 | ごはん おさかなふりかけ 鶏のから揚げ すき昆布の煮物 じゃがいものみそ汁 | 牛乳 のり わかめ 鶏肉 昆布 みそ 豆腐 さつまいも かつお節 油揚げ あじ節 かつお節 | にんじん しょうが だいこん にんにく 根菜類 もやし | ごはん 米白絞油 米サラダ油 でん粉 三温糖 ごま 砂糖 じゃがいも 水あめ | 588 | 744 | 30.4 | 36.3 | |
| 4 | 火 | 給食の日に、 きんちんと手ま う! | ごはん さばの照り焼き ほうれんそうのごま和え ひだまりすいとん汁 | 牛乳 さば 油揚げ かつお節 鶏肉 | にんじん ほうれんそう だいこん 根菜類 もやし 乾しいたけ まいたけ | ごはん ごま ごま油 でん粉 砂糖 小麦粉 三温糖 | 640 | 816 | 26.1 | 31.8 | |
| 5 | 水 | ◎ | 食パン いちごジャム オムレツのトマトソース ポテトのチーズ煮 ココロコやさいスープ | 牛乳 脱脂粉乳 鶏卵 ベーコン チーズ レンズ豆 ウインナーソーセージ | にんじん ブロッコリー だいこん たまねぎ とうもろこし いちご | パン 砂糖 でん粉 植物油 三温糖 じゃがいも バター 米サラダ油 ジャム | 584 | 742 | 22.9 | 29.1 | |
| 6 | 木 | 大和中3年 宮床中 | ごはん 揚げぎょうざ(小2個・中3個) チャプチェ ひきなのみそ汁 | 牛乳 豚肉 鶏肉 みそ かたくちいわし 豆腐 油揚げ | ごまつな いら にんじん キャベツ 切干しだいこん しょうが たまねぎ にんにく 根菜類 えのきたけ | ごはん 米白絞油 米サラダ油 でん粉 砂糖 小麦粉 ごま 三温糖 ごま油 はるさめ | 610 | 798 | 21.3 | 26.4 | |
| 7 | 金 | ◎ | マーボー豆腐丼 (麦ごはん・マーボー豆腐丼の具) もやしのナムル マンゴープリン | 牛乳 豚肉 みそ 豆腐 昆布 | にんじん きゅうり しょうが たけのこ にんにく 根菜類 もやし マンゴー 乾しいたけ | ごはん 大麥 米サラダ油 三温糖 でん粉 砂糖 小麦粉 植物油 ごま ドレッシング ごま プリン | 649 | 823 | 25.0 | 30.3 | |
| 10 | 月 | 吉田小5年6年 | ◎ | 豚肉のハヤシライス (ごはん・豚肉のハヤシライスの具) フルーツの甘夏ゼリー和え | 牛乳 豚肉 | グリーンピース にんじん たまねぎ なつみかん バイナップル みかん もも りんご マッシュルーム | ごはん 米サラダ油 ハヤシルー じゃがいも ゼリー | 663 | 846 | 21.5 | 26.3 |
| 11 | 火 | 建国記念の日 | | | | | | | | | |
| 12 | 水 | | チョコレートパン クリームスバグッティ フロカリスラダ まんてん大豆 | 牛乳 脱脂粉乳 ベーコン クリーム チーズ ハム 大豆 | 赤ピーマン ごまつな にんじん パセリ ブロッコリー カリフラワー たまねぎ にんにく レモン エリツギ ななめじ マッシュルーム | パン 砂糖 植物油 マーガリン チョコレート オリーブ油 スバグッティ ペシャメルソース ドレッシング | 709 | 922 | 27.6 | 34.4 | |
| 13 | 木 | 宮床小 | ごはん 味付けのり あじ節 糸がまぼこと切干し大根のサラダ さつまい | 牛乳 みそ 鶏肉 のり 昆布 かつお節 いりこ あじ すけそらだら 豆腐 かまぼこ 油揚げ 豆腐 | にんじん 切干しだいこん ごぼう だいこん たまねぎ 根菜類 乾しいたけ ししいたけ | ごはん 米白絞油 砂糖 パン粉 小麦粉 植物油 でん粉 ごま 三温糖 さつまいも エッグフリーマヨネーズ | 660 | 846 | 27.4 | 33.6 | |
| 14 | 金 | ◎ | ごはん ハンバーグ照り焼きソース 枝豆とウインナーのソテー なめこのみそ汁 | 牛乳 鶏肉 豚肉 かたくちいわし ウインナーソーセージ みそ 豆腐 | にんじん だいこん たまねぎ とうもろこし 根菜類 なめこ | ごはん でん粉 砂糖 植物油 じゃがいも 三温糖 でん粉 米サラダ油 バター | 662 | 857 | 27.7 | 34.6 | |
| 17 | 月 | 小野小3年・ もみじ3年 | ◎ | スタミナ豚キムチ丼 (ごはん・スタミナ豚キムチ丼の具) わかめスープ ヨーグルト | 牛乳 豚肉 なた豆 みそ かき 豆腐 わかめ ヨーグルト | いら にんじん キャベツ しょうが たまねぎ にんにく はくさい 根菜類 | ごはん ごま油 三温糖 でん粉 砂糖 小麦粉 ごま 植物油 | 615 | 771 | 27.5 | 33.0 |
| 18 | 火 | 大和中1年2年 | ◎ | ごはん ささかまぼこの磯辺揚げ ひしきの炒り煮 豆腐と小松菜のみそ汁 | 牛乳 豚肉 ささかまぼこ あおさ ひじき みそ 大豆 かたくちいわし 油揚げ 豆腐 さつまいも | えだまめ ごまつな にんじん だいこん 根菜類 | ごはん 米白絞油 米サラダ油 小麦粉 でん粉 三温糖 じゃがいも | 622 | 792 | 27.6 | 32.8 |
| 19 | 水 | ◎ | ミルクパン 豆腐ハンバーグデミグラスソース だいこんサラダ かぼちゃのポタージュ | 牛乳 脱脂粉乳 鶏卵 豆腐 ホタテ きしだまぐろ かつお節 ベーコン 白いんげん豆 クリーム | あおさ かぼちゃ にんじん きゅうり だいこん たまねぎ うめ りんご レモン | パン 砂糖 マーガリン 米サラダ油 パン粉 小麦粉 でん粉 三温糖 大豆油 じゃがいも ホワートルウ ドレッシング ペシャメルソース | 728 | 921 | 26.7 | 32.6 | |
| 20 | 木 | 吉田小 | ◎ | ごはん もうかのオーロラソース ごぼうサラダ みそスープ | 牛乳 豚肉 もうか みそ 魚肉ソーセージ | いら にんじん ごぼう しょうが たまねぎ とうもろこし もやし | ごはん 米白絞油 米サラダ油 でん粉 三温糖 ごま エッグフリーマヨネーズ じゃがいも ごま油 | 673 | 858 | 23.9 | 27.5 |
| 21 | 金 | ◎ | えび豆腐丼 (麦ごはん・えび豆腐丼の具) はるさめサラダ 清見オレンジ | 牛乳 豚肉 えび 豆腐 ハム | グリーンピース にんじん きゅうり しょうが たけのこ にんにく 清見オレンジ 乾きくらげ 乾しいたけ | ごはん 大麥 米サラダ油 小麦粉 砂糖 三温糖 植物油 でん粉 はるさめ ごま油 ごま | 624 | 794 | 23.7 | 28.8 | |
| 24 | 月 | 振替休日 | | | | | | | | | |
| 25 | 火 | ◎ | ごはん 国産納豆(たれ付き) 肉じゃが はくさいのみそ汁 | 牛乳 豚肉 大豆 かたくちいわし みそ 豆腐 油揚げ | ざやいんげん にんじん しょうが だいこん たけのこ たまねぎ 根菜類 はくさい | ごはん じゃがいも 砂糖 米サラダ油 三温糖 | 584 | 725 | 26.5 | 30.4 | |
| 26 | 水 | 中学校 卒業お祝いメニュー | ◎ | セルフサンドパン [食パン・ハムカツ・ツナサラダ] ミネストローネ 小：りんごゼリー 中：お祝いケーキ | 牛乳 豚肉 大豆 脱脂粉乳 ハム きはだまぐろ ベーコン クリーム 鶏卵 | にんじん トマト きゅうり セロリ たまねぎ とうもろこし りんご | パン 米白絞油 砂糖 粉糖 パン粉 でん粉 小麦粉 植物油 じゃがいも エッグフリーマヨネーズ 水あめ グラニュー糖 セリー | 657 | 872 | 27.1 | 33.2 |
| 27 | 木 | ◎ | ポークカレー (麦ごはん・ポークカレーの具) フルーツのヨーグルト和え 福神漬 | 牛乳 豚肉 ヨーグルト なた豆 | しそ にんじん グリーンピース だいこん たまねぎ なす にんにく れんこん バイナップル パナ マンゴー みかん もも りんご | ごはん 大麥 サラダ油 カレールウ 砂糖 じゃがいも | 715 | 921 | 20.7 | 25.3 | |
| 28 | 金 | 宮床中3年 | ◎ | わかめごはん 厚焼き卵 ブロッコリーのおかまヨ和え すき焼き風煮 | 牛乳 豚肉 わかめ かつお節 鶏卵 昆布 魚肉ソーセージ 豆腐 | にんじん ブロッコリー きゅうり はくさい 根菜類 えのきたけ しいたけ | ごはん 砂糖 でん粉 植物油 エッグフリーマヨネーズ 米サラダ油 三温糖 | 656 | 842 | 28.6 | 35.3 |

*牛乳は、毎日つきます。
*太字は町内産や県内産の食材です。感謝して食べましょう。
*都合により献立を変更する場合があります。
*スプーンの欄に◎がついている日は、給食センターよりスプーンがつきますが、毎日しをもってきてください。



| 平均(基準) | 小学校 | 中学校 |
|-------------|------------|------------|
| エネルギー(Kcal) | 647(660) | 827(830) |
| たんぱく質(g) | 25.7(25.0) | 31.2(31.0) |
| 脂質(g) | 21.6(18.5) | 26.3(22.5) |
| 塩分(g) | 2.6(2.0) | 3.3(2.5) |

たいわの食育かるたメニュー (2月18日)

へ

へーんしん
大豆から とうふ
あぶらあげ
しょうゆ みそ

今月の地場産品

- ☆町内産：米、まいたけ、しいたけ、根菜類
- ☆県内産：豚肉、さつまいも、なた豆、ささかまぼこ、わかめ、大豆、ヨーグルト、大麥、きゅうり、ごまつな、はくさい、なめこ、乾燥さくらげ

*大和町では「特定防衛施設周辺整備調整交付金」の補助を受けて給食費の無償化事業を実施しています。

☆はしは、きれいに洗って、毎日持ってきてみましょう☆