



令和6年 2月 学校給食予定献立表



材料の都合により、献立内容を変更する場合があります。ご了承ください。

葛城市学校給食センター

日付	献立名	からだの血や肉になるもの	からだの熱や力になるもの	体の調子をととのえるもの	小学校
1(木)	ごはん 牛乳 いわし梅煮 ひじきいり煮 鬼除け汁 せつぶん 節分デザート	牛乳 いわし とりにく ひじき ぶたにく だいず あつあげ みそ	米 こんにやく さとう あぶら さとも ごま ねりごま せつぶんデザート	にんじん だいこん しろねぎ	684 26.7
2(金)	コッペパン(幼・小) 牛乳 ごもく 五目ラーメン フルーツゼリー だいず チョコ大豆 クリーム(幼・小)	牛乳 やきぶた わかめ	コッペパン ちゃんぼんめん ごまあぶら はちみつレモンゼリー サイダーゼリー チョコだいずクリーム	たまねぎ にんじん はくさい たけのこ しょうが パイン みかん もも りんご	650 22.6
5(月)	ごはん 牛乳 エビチリ(小・中) はるさめ 春雨サラダ まいご豆腐	牛乳 えび とうふ ぶたにく	米 あぶら はるさめ こんにやく ごま ごまあぶら さとう でんぶん	きゅうり にんじん たまねぎ はねぎ あかピーマン にんにく しょうが	721 27.7
6(火)	ごはん 牛乳 コーン焼売 ちりめんたくあん 関東煮	牛乳 ちりめんじゃこ しおこんぶ かつおぶし とりにく うずらたまご ごぼてん	米 ごまあぶら さとう ごま こんにやく じゃがいも	コーンしゅうまい キャベツ たくあん にんじん だいこん	646 26.2
7(水)	ごはん 牛乳 ひと口焼きいも きりぼしだいこん 切干大根のチャプチェ 水餃子いりスープ	牛乳 ぶたにく ぎょうざ	米 さつまいも あぶら さとう ごまあぶら ごま	だいこん にんにく しょうが にんじん ピーマン はくさい たまねぎ えのきたけ コーン	656 19.2
8(木)	ごはん 牛乳 鮭のマヨネーズ焼き きんぴらごぼう さといものみそ汁	牛乳 さけ ぶたにく とりにく みそ	米 マヨネーズ(たまごなし) こんにやく さとう ごまあぶら ごま さとも	ごぼう にんじん なめこしめじ たまねぎ だいこん しろねぎ	626 25.3
9(金)	こめこパン 牛乳 クリスピーチキン(小・中) ポテトサラダ コンソメスープ	牛乳 クリスピーチキン ベーコン	こめこパン あぶら じゃがいも マヨネーズ(たまごなし) こめこマカロニ	たまねぎ えだまめ コーン キャベツ にんじん エリンギ	635 22.1
13(火)	ごはん 牛乳 さば味噌煮 ブロッコリーのおかか和え にゅうめん	牛乳 さば かつおぶし とうふ とりにく うすあげ わかめ	米 さとう ふしめん	ブロッコリー えのきたけ たまねぎ にんじん はねぎ	637 25.0
14(水)	ごはん 牛乳 キーマカレー あおのりポテトビーンズ チョコプリン(幼・小)	牛乳 ぶたにく ミックスビーンズ だいず あおのり	米 あぶら カレールウ じゃがいも でんぶん チョコプリン	にんじん たまねぎ かぼちゃ りんご トマト	745 22.7
15(木)	ごはん 牛乳 豚キムチ(小・中) きわかめのサラダ スーミータン	牛乳 ぶたにく みそ きわかめ とうふ たまご	米 さとう ごまあぶら ドレッシング(わふう) トック	はくさいキムチ はくさい にんじん あかピーマン しょうが きゅうり だいこん たまねぎ えのきたけ コーン	590 21.4
16(金)	きなこあげパン(小) 牛乳 ツナサラダ トマトソーススパゲッティ	きなこ 牛乳 シーチキン ウインナー	コッペパン あぶら さとう マヨネーズ(たまごなし) スパゲッティ オリーブオイル	キャベツ コーン たまねぎ にんじん エリンギ にんにく トマト	711 25.4
19(月)	ごはん 牛乳 奈良の里芋コロッケ かす汁 ほうれん草としめじの和え物 はちみつだいず	牛乳 とうふ ぶたにく うすあげ みそ はちみつだいず	米 さともコロッケ あぶら さとう ごまあぶら	ほうれん草 はくさい にんじん あじつきしめじ だいこん たまねぎ えのきたけ	665 26.6
20(火)	ごはん 牛乳 ルーロー飯の具 こまつなのナムル 春雨スープ	牛乳 ぶたにく うずらたまご しおこんぶ とりにく	米 さとう ごまあぶら でんぶん ごま はるさめ	たまねぎ あかピーマン にんにく しょうが もやし こまつな しめじ にんじん はくさい	567 21.6
21(水)	ごはん 牛乳 ならまんじゅう(小・中) 高菜ちりめん 豚じゃが煮	牛乳 ならまんじゅう ちりめんじゃこ ぶたにく	米 あぶら ごまあぶら さとう ごま じゃがいも こんにやく	たかなづけ こまつな にんじん たまねぎ	653 25.7
22(木)	ごはん 牛乳 とり肉の照り焼き うめこんぶ和え カレーうどん	牛乳 とりにく しおこんぶ ぶたにく かまぼこ うすあげ	米 さとう でんぶん うどん カレールウ	キャベツ きゅうり カリカリうめ にんじん たまねぎ しめじ はねぎ	630 28.8
26(月)	ごはん 牛乳 スペインふうオムレツ(小・中) イタリアンサラダ ハヤシライス プチアセロラゼリー	牛乳 ぶたにく スペインふうオムレツ	米 ドレッシング(イタリアン) あぶら さとう ハヤシルウ プチアセロラゼリー	ブロッコリー えだまめ コーン たまねぎ にんじん エリンギ トマト	657 23.0
27(火)	ごはん 牛乳 豚肉のかりん揚げ いんげんのごま和え とうふのみそ汁	牛乳 ぶたにく とうふ うすあげ わかめ みそ	米 でんぶん あぶら さとう ごま	しょうが たまねぎ にんじん だいこん なめこ いんげんまめ	705 29.8
28(水)	ごはん 牛乳 デミグラス大豆ハンバーグ(小・中) にんじんしりしり けんちん汁	牛乳 だいずハンバーグ シーチキン とりにく	米 ハヤシルウ さとう あぶら こんにやく さとも	にんじん コーン ごぼう だいこん しめじ はねぎ	643 25.9
29(木)	ごはん 牛乳 手作りササミかつ(小・中) いそか和え 豆乳スープ 野菜ふりかけ	牛乳 とりにく きざみのり ベーコン とうふ ミックスビーンズ とうにゅう	米 こむぎこ パンこ あぶら さとう	ほうれん草 はくさい にんじん たまねぎ えのきたけ やさしいふりかけ	633 25.1

★給食なしのお知らせ★

6(火)16(金)新庄中3年 白鳳中3年
19(月)新北幼
20(火)21(水)新庄中3年 白鳳中3年
28(水)29(木)新庄中1・2年 白鳳中1・2年

～今月の地場産物～*奈良県で生産・製造された食材を紹介します。献立表の中で太字にしています

・米・米粉パン・コッペパン・米粉マカロニ・カレールウ・ウスターソース・こんにやく
・なめこ・しめじ・キャベツ・こまつな・だいこん・しろねぎ・はねぎ・はくさい
・ほうれん草・奈良のさともコロッケ・はちみつ大豆・ふしそうめん・さけかす

★栄養価の表示★

上の段:エネルギー(kcal)
下の段:たんぱく質(g)

2月平均
655
24.8

骨や歯を丈夫にするために、寒いけど、牛乳を飲もう!

