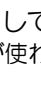


2月 学校給食献立予定表



令和6年度 上野原小学校

日	曜日	こんだて	【黄の仲間の食品】 主に熱や力のもとになる		【赤の仲間の食品】 主に血や肉、骨などをつくる		【緑の仲間の食品】 主に体の調子を整える	行事
			炭水化物	脂質	たんぱく質	無機質	ビタミン	炭水化物・たんぱく質 エネルギー（中学年用）
3	月	むぎごはん いわしのかばやき しゃりしゃりのりだいず おにかまぼこいりとんじる	 こめ むぎ さとう でんぶん こむぎこ でんぶん さといも	あぶら ごま あぶら あぶら	いわし だいず みそ とうふ ぶたにく かまぼこ	ぎゅうにゅう あおのり	しょうが しょうが ごぼう にんじん だいこん ねぎ こんにゃく	節分給食 91.7・29 708
4	火	セルフチーズバーガー（たまご） やさいソテー パスタいりトマトスープ	 パン さとう パンこ スパゲティ	あぶら あぶら	ぶたにく たまご チーズ ベーコン	ぎゅうにゅう	たまねぎ にんにく コーン きゃべつ もやし にんじん たまねぎ トマト にんじん	70.3・26.2 616
5	水	6-1こうあんきゅうしょくその① チキンライス グレープジュース スマイルポテト ロールキャベツいりコンソメスープ	 こめ むぎ じゃがいも	あぶら マーガリン あぶら	とりにく ぶたにく だいず ベーコン ぶたにく とりにく だいず		たまねぎ にんじん マッシュルーム グリーンピース グレープかじゅう きゃべつ たまねぎ コーン かんぴょう	6-1考案給食① 85.1・13.3 585
6	木	ぶたにくとごぼうのシャキシャキどん おふのみそしる	 こめ むぎ さとう やきふ	ごまあぶら ごま あぶら	ぶたにく あぶらあげ みそ	ぎゅうにゅう	しょうが たまねぎ にんじん ごぼう しらたき えのきだけ こまつな ねぎ	81.6・23.6 607
7	金	チキンカレーライス きゃべつとコーンのソテー フルーツポンチ	 こめ むぎ じゃがいも カレールウ サイダー ゼリー	あぶら あぶら	とりにく ゼラチン	ぎゅうにゅう スキムミルク	にんにく しょうが たまねぎ にんじん トマト きゃべつ もやし コーン にんじん パイナップル みかん もも	107.6・22.7 676
10	月	マーボー豆腐どん わんたんスープ	 こめ むぎ でんぶん わんたん	ごまあぶら ごまあぶら	ぶたにく とうふ みそ とりにく	ぎゅうにゅう	にんにく しょうが ねぎ にんじん グリーンピース たまねぎ はくさい にら	81.9・26.8 609
12	水	むぎごはん にくじゃが だいこんのみそしる	 こめ むぎ じゃがいも さとう	あぶら	ぶたにく みそ あぶらあげ	ぎゅうにゅう	しょうが たまねぎ にんじん しらたき グリーンピース だいこん にんじん えのきだけ ほうれんそう	88.5・21.1 596
13	木	とりそぼろこんぶごはん やさいとあつあげのもの とうふのすましじる	 こめ むぎ さとう さといも さとう	あぶら あぶら	とりにく ぶたにく あつあげ とうふ	ぎゅうにゅう しおこんぶ わかめ	しょうが えだまめ にんじん だいこん しいたけ いんげん こんにゃく えのきだけ	72.0・25.2 570
14	金	6-2こうあんきゅうしょくその② セルフキンパ わかめいりたまごスープ（たまご） ガトーショコラ	 こめ むぎ でんぶん こめこ さとう チョコレート	ごまあぶら ごまあぶら	ぶたにく たまご だいず	ぎゅうにゅう のり わかめ	にんにく しょうが たまねぎ ほうさいやみず たくあん もやし にんじん こまつな たまねぎ にんじん ほうれんそう	バレンタインデー 6-2考案給食② 92.3・21.5 653
17	月	6-1こうあんきゅうしょくその② むぎごはん とんかつ（たまご） きゃべつとコーンのサラダ わかめスープ	 こめ むぎ パンこ こむぎこ イタリアンドレッシング	あぶら ごまあぶら	だいず たまご ぶたにく とうふ ベーコン	ぎゅうにゅう わかめ	きゃべつ コーン きゅうり こまつな ねぎ	6-1考案給食② 80.0・22.6 635
18	火	コッパパン とりにくのケバブ サウザンドレッシングサラダ(たまご) ほうさいいしょく きゅうきゅうコーンポタージュ	 パン サウザンドレッシング げんまい さとう でんぶん		とりにく	ぎゅうにゅう ヨーグルト	にんにく きゃべつ きゅうり コーン たまねぎ コーン にんじん	防災食体験給食 85.2・25.5 625
19	水	にくどん さといものみそしる	 こめ むぎ さとう さといも	あぶら	ぶたにく あぶらあげ みそ	ぎゅうにゅう	しょうが たまねぎ にんじん ねぎ しらたき えのきだけ たまねぎ	84.0・23.8 613
20	木	ごもくチャーハン もやしのナムル ぶたにくとやさいのちゅうかスープ	 こめ むぎ ナムルドレッシング	ごまあぶら ごまあぶら	とりにく ベーコン ぶたにく	ぎゅうにゅう	にんにく しょうが たまねぎ にんじん しいたけ グリーンピース もやし にんじん ほうれんそう にんじん たけのこ しいたけ はくさい	62.9・20.4 570
21	金	むぎごはん ハンバーグわふうソース（たまご） ひじきのにもの とうふのみそしる	 こめ むぎ さとう パンこ さとう	あぶら	ぶたにく とりにく たまご あぶらあげ だいず ひじき とうふ みそ あぶらあげ	ぎゅうにゅう わかめ	たまねぎ だいこん にんじん いんげん こんにゃく ねぎ こまつな	6年生を送る会 81.3・28.6 655
25	火	6-1こうあんきゅうしょくその③ わかめごはん とりのからあげ かみかみサラダ はくさいのみそしる	 こめ むぎ でんぶん さとう	あぶら マヨネーズ ごま	とりにく あぶらあげ みそ	ぎゅうにゅう わかめごはんのもと	しょうが にんにく きりぼしだいこん きゃべつ にんじん ほうれんそう はくさい えのきだけ こまつな	6-1考案給食③ 85.8・25.2 676
26	水	ドライカレー ツナとこまつなのサラダ（たまご） ミルメークコーヒー	 こめ むぎ カレールウ フレンチドレッシング ミルメーク	バター	ぶたにく ツナ	ぎゅうにゅう	しょうが にんにく たまねぎ にんじん トマト ビーマン きゃべつ こまつな コーン	89.8・21.8 651
27	木	むぎごはん シイラのからあげ もやしとこまつなのちゅうかいため みそわんたん	 こめ むぎ でんぶん でんぶん ワンタン	あぶら ごまあぶら あぶら	シイラ ぶたにく みそ とりにく	ぎゅうにゅう わかめ	しょうが もやし こまつな しめじ にんじん たけのこ にんにく しょうが にんじん はくさい にら	80.6・28.8 690
28	金	6-2こうあんきゅうしょくその③ オムライス（たまご） はるさめサラダ コーンスープ クレープ	 こめ むぎ はるさめ さとう クリームポタージュ こめこ さとう	マーガリン ごまあぶら ごま あぶら	とりにく たまご ハム だいず	ぎゅうにゅう ぎゅうにゅう	たまねぎ にんじん マッシュルーム グリーンピース にんじん きゃべつ きゅうり たまねぎ にんじん コーン	6-2考案給食③ 101.7・25.9 772

※献立は都合により変わる場合があります。
※たまごを含む献立は、献立の隣に（たまご）と表示してあります。
※フレンチドレッシングには原材料にたまご（加糖卵黄）が使われています。
※ベーコン・ハムにはたまご・乳が原材料に入ってます。

※上野原の野菜等には、下線で表示してあります。
※マヨネーズは、たまごを原材料としないマヨネーズを使用しています。
※お米・牛乳・みそは山梨県産です。