



2月

学校給食献立表

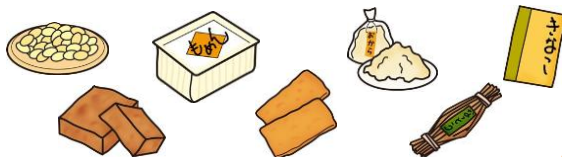
令和5年度
呉市立安浦中学校

月日	献立名	主に体をつくる食品	主に体の調子をととのえる食品	主にエネルギーなる食品	I類 - たんぱく質
1日 (木)	ごはん 牛乳 タンドリーフィッシュ ツナサラダ なめこ汁	牛乳 いわし ヨーグルト ツナ 豆腐 油揚げ みそ	玉ねぎ にんにく しょうが 白菜 小松菜 にんじん なめこ 大根 ねぎ	米 油 三温糖	705 29
2日 (金)	★節分献立★ きなこパン 牛乳 チキンとお豆のポトフ もやしソテー	きな粉 牛乳 鶏肉 ひよこ豆 赤いんげん豆 青えんどう豆	きゃべつ 玉ねぎ にんじん しめじ とうもろこし もやし ビーマン	パン 油 三温糖 じゃがいも	744 28
5日 (月)	ごはん 牛乳 赤魚の煮つけ ほうれん草の白和え 冬の元気汁	牛乳 赤魚 豆腐 油揚げ ちりめんいりこ みそ	しょうが ほうれん草 にんじん こんにゃく 大根 玉ねぎ 白ねぎ	米 三温糖 白ごま じゃがいも	712 31
6日 (火)	ごはん 牛乳 くるみ味噌豆腐ステーキ 筑前煮 もずく汁	牛乳 豆腐 みそ 鶏肉 ひらてん もずく	白ねぎ ごぼう れんこん たけのこ さやいんげん 玉ねぎ こんにゃく 干しいたけ えのきだけ にんじん ねぎ	米 小麦粉 油 三温糖 くるみ 白ごま	707 25
7日 (水)	★江田島の郷土料理(大豆うどん)★ ひじきキムタクごはん 牛乳 大豆うどん ごま酢和え	牛乳 豚肉 ひじき 大豆 かまぼこ 油揚げ ちりめんいりこ	にんにく たら 白菜キムチ たくあん 玉ねぎ にんじん 干しいたけ ねぎ もやし きゃべつ きゅうり	米 ごま油 白ごま うどん 三温糖	708 27
8日 (木)	★北海道産ほたて 無償提供 第2弾★ ごはん 牛乳 ほたてフライ 根菜サラダ ふわたまスープ	牛乳 ほたて ハム 卵 粉チーズ	れんこん ごぼう にんじん 玉ねぎ とうもろこし ほうれん草	米 小麦粉 パン粉 油 マヨネーズ 白ごま	763 27
9日 (金)	職員研修のため、給食はありません。				
13日 (火)	★三次市で食べられている「ワニ」を食べよう★ ごはん 牛乳 ワニのハニーマスタードソース 即席漬け 焼きねぎのみそ汁	牛乳 ワニ 塩昆布 油揚げ わかめ みそ	しょうが 白菜 きゅうり 白ねぎ 大根 にんじん 玉ねぎ えのきだけ こんにゃく	米 でんぷん 油 ごま油 白ごま	720 28
14日 (水)	職員出張のため、給食はありません。				
15日 (木)	ハヤシライス 牛乳 チーズサラダ ひとくちチョコパイ	牛乳 猪肉 チーズ ハム	にんにく しょうが 玉ねぎ にんじん しめじ きゃべつ きゅうり	米 油 三温糖 パイシート チョコレート	780 26
16日 (金)	★広島県が生産量日本一の牡蠣を食べよう★ ガーリックトースト 牛乳 かきとほうれん草のクリーム煮 フルーツポンチ	牛乳 ベーコン かき チーズ 豆乳	にんにく ほうれん草 白菜 玉ねぎ エリンギ しめじ パセリ にんじん みかん 黄桃 パイン バナナ りんご ナタデココ	パン バター 油 小麦粉	774 26
19日 (月)	わかめごはん 牛乳 凍り豆腐の卵とじ じゃことチーズのサラダ	わかめ 牛乳 凍り豆腐 卵 鶏肉 ちりめんいりこ チーズ	にんじん 玉ねぎ 干しいたけ さやいんげん きゃべつ きゅうり	米 油 じゃがいも 三温糖 ごま油 白ごま	711 27
20日 (火)	ごはん 牛乳 レバーのカラフル和え おこめんスープ	牛乳 豚レバー 大豆 みそ 鶏肉 わかめ	にんじん ビーマン 白菜 玉ねぎ チンゲン菜 干しいたけ	米 でんぷん じゃがいも 油 三温糖 おこめん	791 28
21日 (水)	麦ごはん 牛乳 マーボー猪豆腐 パンバンジー	牛乳 猪肉 豆腐 みそ 鶏肉	玉ねぎ にんじん 白ねぎ たら 干しいたけ しょうが にんにく きゃべつ きゅうり	米 三温糖 でんぷん ごま油 白ごま	716 29
22日 (木)	ごはん 牛乳 ホキの黄金焼き 炒り卵の花 三ツ干し☆みそ汁	牛乳 ほき おから 鶏肉 油揚げ わかめ 凍り豆腐 みそ	にんじん れんこん ごぼう 干しいたけ こんにゃく ねぎ 玉ねぎ しめじ えのきだけ 切干大根	米 マヨネーズ 油 三温糖 さつまいも	797 28
26日 (月)	★受験応援献立★ 手作りナン 牛乳 キーマカレー 受験にカツ！お節サラダ いいよかん！きつ	牛乳 豚肉 大豆 ツナ 削り節	しょうが にんにく 玉ねぎ にんじん トマト 大根 きゅうり かんきつ	強力粉 小麦粉 三温糖 油 ごま油 白ごま	660 29
27日 (火)	当日、八百屋さんイチオシのかんきつ類が登場します！ 試験のため、給食はありません。				
28日 (水)	試験のため、給食はありません。				
29日 (木)	★ひなまつり献立★ ちらし寿司 みかんジュース わけぎのぬた すまし汁 ひなあられ	あなご 卵 えび たこ みそ わかめ 豆腐	みかんジュース 菜の花 にんじん れんこん ごぼう 干しいたけ ねぎ わけぎ 玉ねぎ えのきだけ	米 三温糖 白ごま ひなあられ	694 25

※ 物資の都合上、献立を変更することがあります。

栄養満点!変身上手!「大豆」を食べよう!

大豆は、ビタミンやたんぱく質が豊富です。肉に負けない栄養があるので、「畑の肉」ともいわれています。様々な食品に加工される大豆を、もりもり食べましょう!



2・3月分の給食費

3年 300円×(15+ 4)回 = 5700円
 2年 300円×(10+14)回 = 7200円
 1年 300円×(14+14)回 = 8400円

2月15日に指定の口座より引き落としします。残高の確認をお願いいたします。

