

平成28年度 2月分

学校給食材料表

墨俣小学校

日	曜日	料理名	からだをつくるもの(あか)	からだの調子をととのえるもの(みどり)	からだの熱や力になるもの(き)
1	水	麦飯 牛乳	飲用牛乳		麦飯
		いかの生姜焼き	いか	しょうが	
		豆腐とわかめのみそ汁	削り節 豆腐 油あげ わかめ 豆みそ	えのきたけ ねぎ	
		ほうれん草のおひたし		ほうれん草 もやし にんじん	ごま
2	木	いよかん		いよかん	
		食パン 大豆入りチョコクリーム 牛乳	飲用牛乳		食パン 大豆入りチョコクリーム
		レバー入りメンチカツ	レバー入りメンチカツ		てんぷら油 砂糖
		サイコロスープ	ベーコン	たまねぎ にんじん 大根 ねぎ	サラダ油 じゃがいも
3	金	カラフルサラダ		ブロッコリー にんじん 大根	
		福豆ごはん 牛乳	飲用牛乳 鶏肉 油あげ いら大豆	ごぼう にんじん まいたけ	白飯 サラダ油 砂糖
		いわしの梅しそフライ	いわしの梅しそフライ		てんぷら油
		かきたま汁	削り節 豆腐 わかめ 液卵	えのきたけ ねぎ	でんぷん
6	月	れんごんのきんぴら	れんごん にんじん ピーマン		サラダ油 砂糖 ごま
		麦飯 牛乳	飲用牛乳		麦飯
		れんごん入りシューマイ	れんごん入りシューマイ		
		麻婆豆腐	豚ひき肉 豆みそ 豆腐	にんにく しょうが 干しいたけ ねぎ	サラダ油 砂糖 でんぷん ごま油
7	火	中華あえ		にんじん たら	砂糖 ごま油 ごま
		うどん 牛乳	飲用牛乳	きゅうり にんじん ホールコーン もやし	うどん
		カレーなんぼの汁	鶏肉 かまぼこ 油あげ	にんじん 干しいたけ たまねぎ ねぎ	サラダ油 でんぷん
		ちくわの磯辺揚げ	焼きちくわ 青のり粉		小麦粉 てんぷら油
8	水	ごぼうサラダ		ごぼう にんじん ホールコーン	砂糖 サラダ油 ごま
		麦飯 牛乳	飲用牛乳		麦飯
		鮭のきのこ野菜あんかけ	鮭	たまねぎ にんじん むき枝豆 ぶなしめじ	米粉 サラダ油 砂糖 でんぷん
		豆腐のみそ汁	削り節 豆腐 わかめ 豆みそ	大根 えのきたけ ねぎ	
9	木	青菜とちくわのごま風味	焼きちくわ	ほうれん草 にんじん	ごま ごま油
		でこぼん		でこぼん	
		黒パン 牛乳	飲用牛乳		黒パン
		ミートボールと大豆のトマト煮	大豆 ミートボール	にんじん たまねぎ	サラダ油 砂糖
10	金	リョネーズポテト	ベーコン	マッシュルーム水煮 グリンピース	サラダ油 じゃがいも
		フルーツブロックゼリー寄せ		たまねぎ	ナタデココ オレンジゼリー
		白飯 牛乳	飲用牛乳		白飯
		鶏肉の香味焼き	鶏肉	ねぎ しょうが	砂糖 ごま油
13	月	具だくさんみそ汁	削り節 豆腐 油あげ わかめ 豆みそ	大根 にんじん ごぼう 白菜 ねぎ	
		もやしと水菜のおかかあえ	花かつお	もやし にんじん 水菜	
		麦飯 牛乳	飲用牛乳		麦飯
		鱈の竜田揚げ	鱈の竜田揚げ		てんぷら油
14	火	ミックスみそ汁	削り節 油あげ 豆みそ 白みそ	大根 にんじん えのきたけ ねぎ	さつまいも
		切り干し大根の炒め煮	揚げはんぺん	干しいたけ 切り干し大根 にんじん	サラダ油 砂糖
		りんごゼリー		さやいんげん	
		ソフトめん 牛乳	飲用牛乳		ソフトめん
15	水	肉みそソース	豚ひき肉 豆みそ	しょうが にんじん たまねぎ 干しいたけ	サラダ油 砂糖 でんぷん
		揚げごぼうの甘がらめ		ごぼう	でんぷん 小麦粉 てんぷら油 砂糖 ごま
		小松菜の磯香あえ	きざみのり	小松菜 もやし にんじん	
		麦飯 牛乳	飲用牛乳		麦飯
16	木	一食納豆(花かつお)	一食納豆 花かつお		
		肉じゃが	牛肉	しょうが たまねぎ にんじん さやいんげん	サラダ油 じゃがいも しらたき 砂糖
		白みそ汁	削り節 油あげ 豆腐 白みそ わかめ	大根 えのきたけ ねぎ	
		バターロールパン 牛乳	飲用牛乳		バターロールパン
17	金	ほうれん草のグラタン	ほうれん草のグラタン		
		ポトフ	ウインナー	たまねぎ にんじん 大根 キャベツ	じゃがいも
		れんごんのサラダ		れんごん にんじん ホールコーン	砂糖 サラダ油 ごま
		白飯 牛乳	飲用牛乳		白飯
20	月	鶏肉の変わりみそ焼き	鶏肉 豆みそ	にんにく	砂糖
		小松菜のすまし汁	削り節 豆腐	にんじん 小松菜	玉ふ
		五目煮豆	鶏肉 大豆 昆布	ごぼう にんじん むき枝豆	サラダ油 こんにゃく 砂糖
		いちご		いちご	
21	火	麦飯 牛乳	飲用牛乳		麦飯
		野菜たっぷりカレー	豚肉 調理用牛乳	しょうが にんにく たまねぎ にんじん	サラダ油 じゃがいも さつまいも
		フライドポテト		大根 キャベツ りんごピューレ トマト	
		フルーツヨーグルトあえ	プレーンヨーグルト	かぼちゃ 赤パプリカピーマン 小松菜	じゃがいも てんぷら油
22	水	中華めん 牛乳	飲用牛乳	黄桃缶 パイン缶 みかん缶	カクテルゼリー
		五目ラーメンの汁	焼き豚 なんと巻き	にんじん もやし ホールコーン	中華めん
		春巻き	春巻き	味付けメンマ ねぎ	サラダ油
		青梗菜のごまあえ		チンゲンサイ にんじん 白菜	てんぷら油
23	木	麦飯 牛乳	飲用牛乳		麦飯
		おから入りハンバーグのおろしポン酢かけ	おから入りハンバーグ	ゆず果汁 おろし大根	
		さつまいも	削り節 鶏肉 豆腐 豆みそ	ごぼう にんじん 大根	サラダ油 こんにゃく さつまいも
		小松菜ともやしのおかかあえ	花かつお	小松菜 もやし	
24	金	オレンジ		オレンジ	
		食パン 牛乳	飲用牛乳		食パン
		白身魚のフライ(タルタルソース)	白身魚のフライ		てんぷら油 一食タルタルソース
		クリームシチュー	鶏肉 調理用牛乳	たまねぎ にんじん クリームコーン	サラダ油 小麦粉 じゃがいも
27	月	大根サラダ		ホールコーン	
		麦飯 牛乳	飲用牛乳	大根 にんじん きゅうり むき枝豆	イタリアンドレッシング
		鮭の白しょうゆ漬け焼き	鮭の白しょうゆ漬け		麦飯
		みそ汁	削り節 わかめ 豆みそ	たまねぎ にんじん えのきたけ かぼちゃ ねぎ	
28	火	筑前煮	鶏肉 揚げはんぺん	ごぼう にんじん さやいんげん	サラダ油 こんにゃく 生ふ 砂糖
		麦飯 牛乳	飲用牛乳		麦飯
		韓国風鶏のから揚げ	鶏肉	にんにく しょうが	でんぷん てんぷら油
		わかめスープ	豆腐 わかめ	たまねぎ にんじん ねぎ	でんぷん ごま
28	火	三色ナムル		キャベツ 小松菜 にんじん にんにく しょうが	砂糖 ごま油
		うどん 牛乳	飲用牛乳		うどん
		豚汁うどんの汁	豚肉 油あげ 白みそ	たまねぎ にんじん ごぼう 大根	サラダ油 砂糖
		いかのかりん揚げ	いか	キャベツ かぼちゃ ねぎ	
28	火	ひじき入りごまあえ	米ひじき	しょうが	でんぷん てんぷら油
		手作り青りんごゼリー		小松菜 にんじん	砂糖 ごま
					青りんごゼリーのもと

※学校給食に使用する米、県内産野菜、大豆については学校給食地産地消推進事業により岐阜県、大垣市、JAグループから一部助成を受けています。