



ホームページで
献立表が確認
できます。

2月献立表



クックパッドで応募

献立や給食の人気
レシピが確認できます。

尾張旭市学校給食センター
中学校

日	曜	献立名	主 な 材 料 と 働 き					
			体をつくる		体の調子をととのえる		体を動かすエネルギーとなる	
			1群 魚・肉・卵・大豆・大豆製品	2群 牛乳・乳製品・小魚・海藻	3群 緑黄色野菜	4群 その他の野菜・きのこ・果物	5群 穀物・いも類・さとう	6群 油脂類・種実類
2	月	ロウカット玄米ごはん 牛乳 チキンカレー Victory(ヴィクトリー)コロッケ 福神漬サラダ	とり肉 ぶた肉	牛乳	にんじん	たまねぎ りんご たまねぎ キャベツ 福神漬	米 ロウカット玄米 カレーうどん じゃがいも パン粉 小麦粉 米粉 でんぷん さとう	なたね油 米油
3	火	ごはん 牛乳 ◎いわしの梅煮 れんこんサラダ すまし汁 節分豆	いわし まぐろ油づけ とうふ とり肉 かまぼこ だいず	牛乳	赤じそ にんじん	うめぼし れんこん きゅうり とうもろこし だいこん ねぎ えのきたけ	米 でんぷん さとう さとう	たまごめきドレッシング 米油
4	水	きなこ揚げパン 牛乳 とり肉のトマト煮込み 切干大根のコールスローサラダ	きなこ とり肉	牛乳	にんじん トマト にんじん	たまねぎ しめじ にんにく 切干大根 きゅうり	クロスロールパン さとう	なたね油 ドレッシング
5	木	白玉うどん 牛乳 五目うどんの汁 ちくわのいそべ揚げ(2こ) ささみと野菜の梅おかかあえ	ぶた肉 ちくわ とり肉 かつおぶし	牛乳	にんじん	はくさい ねぎ えのきたけ しめじ キャベツ きゅうり うめぼし	白玉うどん でんぷん 小麦粉 でんぷん さとう	なたね油
6	金	わかめごはん 牛乳 ★コロコロ野菜炒め ツナとキャベツのあえもの 豚汁	とり肉 まぐろ油づけ ぶた肉 とうふ 油あげ みそ	わかめ 牛乳	にんじん	たまねぎ キャベツ きゅうり とうもろこし だいこん ごぼう ねぎ	米 じゃがいも さとう さとう	
9	月	ごはん 牛乳 キャベツ入りメンチカツ ごぼうサラダ かきたま汁	牛肉 ぶた肉 だいず まぐろ油づけ たまご とうふ かまぼこ	牛乳	にんじん にんじん	キャベツ たまねぎ ごぼう きゅうり しいたけ ねぎ	でんぷん パン粉 さとう 小麦粉 さとう でんぷん	だいず油 なたね油 バーム油 ごま 米油
10	火	ごはん 牛乳 肉じゃが ◎さばの照り焼き きゅうりのごましようゆ	牛肉 さば	牛乳	にんじん	たまねぎ しらたき しょうが きゅうり	米 じゃがいも さとう さとう でんぷん さとう	ごま ごま油
12	木	麦ごはん 牛乳 八宝菜 シウロンポウ(2こ) 青菜としらすのナムル	いか ぶた肉 ぶた肉	牛乳	にんじん	キャベツ たまねぎ しいたけ しょうが キャベツ しょうが たまねぎ	米 麦 でんぷん 小麦粉 でんぷん はちみつ さとう オイスターソース(はちみつ) さとう	なたね油
13	金	ごはん 牛乳 けんちん汁のあんかけ もやしとほうれん草のあえもの スタミナ汁	とうふ 油あげ たら とり肉 油あげ みそ	牛乳 ひじき	にんじん ほうれん草 にんじん	しめじ しいたけ もやし だいこん たまねぎ ねぎ にんにく	米 でんぷん さとう さとう	植物油 なたね油
16	月	麦ごはん はちこう乳 ハンバーグのみぞれソースかけ アレッタとささみのサラダ みそ汁	だいず ぶた肉 とり肉 とり肉 とうふ 油あげ みそ	はちこう乳	アレッタ にんじん にんじん	たまねぎ だいこん キャベツ たまねぎ ごぼう ねぎ えのきたけ	米 麦 じゃがいも でんぷん さとう	ごまドレッシング
17	火	ごはん 牛乳 すきやき だし巻きたまご もやしのごまあえ	牛肉 焼きとうふ かまぼこ たまご	牛乳	にんじん	はくさい たまねぎ しらたき ねぎ もやし	米 さとう でんぷん さとう さとう	だいず油 ごま
18	水	くるロールパン 牛乳 クリームシチュー ◎米粉のカリカリ魚フライ キャロットサラダ ココア牛乳の素	とり肉 ホキ	牛乳 生クリーム	にんじん	たまねぎ はくさい にんじん とうもろこし	米 じゃがいも 小麦粉 米 パン粉 じゃがいも でんぷん さとう ココア牛乳の素(カカオ)	バター なたね油 米油
19	木	中華めん 牛乳 塩ラーメン はるまき 中華サラダ	ぶた肉 えび ぶた肉 とり肉	牛乳	にんじん にら にんじん にんじん	キャベツ もやし ねぎ キャベツ もやし エリンギ きゅうり こんにゃく寒天	小麦粉 さとう でんぷん 水あめ さとう	ごま油 なたね油 ごま油 だいず油 ごま油
20	金	麦ごはん 牛乳 ホイコーロー 豆腐とわかめのスープ ♥いちごヨーグルト	ぶた肉 みそ とり肉 とうふ	牛乳	にんじん ビーマン にんじん	キャベツ しょうが にんにく たまねぎ ねぎ とうもろこし しいたけ いちご	米 麦 さとう でんぷん マロニー	
24	火	麦ごはん 牛乳 ピピンパ ナムル ピリ辛スープ	牛肉 たまご とうふ ぶた肉	牛乳	にんじん ほうれん草 にんじん にら	しょうが にんにく 切干大根 もやし はくさい はくさいキムチ	米 麦 でんぷん さとう さとう トッポギ	なたね油 ごま ごま油
25	水	ミルクロールパン 牛乳 野菜いっぱいポトフ ◎あじカレーフライ プチヴェールとハムとにんじんのマリネ	とり肉 あじ ハム	牛乳	にんじん	キャベツ たまねぎ にんじん プチヴェール	ミルクロールパン じゃがいも でんぷん 米粉 さとう 小麦粉 パン粉 でんぷん さとう	なたね油 米油
26	木	ごはん 牛乳 ツナの甘辛煮 ハリハリ漬け のつべい汁 手巻きのり	まぐろ油づけ とり肉	牛乳	にんじん	とうもろこし しょうが きゅうり たくあん だいこん しめじ	米 さとう さとう でんぷん	
27	金	ごはん 牛乳 みそおでん ◎さわらの柚庵焼き もやしの赤じそあえ	うずらたまご はんぺん ぶた肉 みそ 生揚げ さわら	牛乳	にんじん	だいこん こんにゃく ゆず 赤じそ粉	米 さとう さとう でんぷん	

※都合により献立や材料を変更する場合があります。♥は直接学校へ配達されるものです。★は応募献立です。◎魚を使った献立は骨に注意して食べましょう。※「あさびースマイル給食」は、副食(おかず)から8大アレルギー(卵・乳・小麦・そば・落花生・えび・かに・くるみ)を除去した日です。※学校給食では、アレルギー特定原材料等28品目のうち、「そば」落花生・くるみ・あわび・いも・カシューナッツ・マカダミアナッツ・やまいも」の9品目は使用しません。△食物アレルギーのある方へ…献立表は、6つの基礎食品群に分類できる食品を記載しているため、微量な食品や調味料等は、記載していません。詳しい材料が知りたい方は、申し出てください。

今月の給食目標

感謝して食べよう!

私たちの給食は、いろいろな人達によって
支えられています。食べ物の命やかかわつ
てくださる人々に感謝して食べたいですね。

☆今月のおすすめ地産物☆

「アレッタ」&「プチヴェール」

アレッタは、ケールとブロッコリーを
かけ合わせて作られました。苦みや渋み
が少なく、茎や葉は野菜のもつ甘みが強
く、濃い緑色が美しい野菜です。尾張旭
の農園では、毎年この時期にたくさん作
られています。給食では、16日に「アレッ
タとささみのサラダ」でいただきます。

プチヴェールは、1990年にケールと
芽キャベツをかけ合わせて生まれた新
しい野菜です。

尾張旭市の畑でも、生産が盛んで
毎年給食でも味わうことができます。
甘みとこくがあり、くせがないため様々
な料理に使えます。今年は25日に「プ
チヴェールとハムとにんじんのマリネ」で
いただきます。

がんばれ!受験生!!応援メニュー

2日は、「Victory(ヴィクトリー)
コロッケ」が登場します。
高校受験に臨む中学校3年生をみん
なでホクホクのコロッケを
しっかり食べて応援し
ましょう!
勝利を目指して、
がんばってくださいね。



応募献立 の紹介

「コロコロ野菜炒め」

旭中学校の生徒が考えました。

★給食では6日に食べます。

(作り方はホームページをご覧ください)



毎月19日は「食育の日」

～おうちで ごはんの日～