



# 2月 小学校給食こんだて表

こんげつ 今月のこんだて目標 もくひょう ふゆ げんき す しょくじ 冬を元気に過ごす食事をとろう

日	曜	こんだて名		主な材料とその働き			
		園	浜	浜 体をつくる	緑 体の調子を整える	園 体を動かすエネルギーになる	
3	月	ごはん	牛乳	おとしこし	ちくわ 油あげ	だいこん にんじん れんこん こんにやく	さといも さとう
				いわしのかば焼き	いわし	しょうが	米油 さとう でん粉 米粉
				もやしのゆかりあえ		もやし ゆかり粉	
				せつ分豆	せつ分豆		
4	火	ごはん	牛乳	とうふじる	とうふ とり肉 油あげ	こんにやく にんじん ねぎ	さといも
				まぐろカツ	まぐろ		パン粉 小麦粉 米油
				とり肉のからあげ	とり肉		でん粉 米油
				切りぼしだいこんの さっぱりづけ		にんじん 切りぼしだいこん レモン	さとう ごま油
				まっちゃだいふく			まっちゃだいふく
お米のタルト			お米のタルト				
5	水	ミルク ロールパン	牛乳	チキンピーンズ	大豆 とり肉	たまねぎ にんじん マッシュルーム グリーンピース トマト	さとう
				コロコロポテトサラダ	ポークウインナー	たまねぎ とうもろこし にんじん	じゃがいも オリーブ油 さとう
6	木	麦ごはん	牛乳	すきやき	牛肉 焼きどうふ 角ふ	はくさい こんにやく ねぎ にんじん エリンギ	さとう
				ツナあえ	まぐろ油づけ	こまつな きゅうり にんじん	さとう
				ブルー		ブルー	
7	金	麦ごはん	牛乳	よしのじる	とうふ かまぼこ とり肉	はくさい にんじん	じゃがいも でん粉
				ぶた肉とれんこんの あまからいため焼き	ぶた肉	れんこん エリンギ にんじん にんにく	さとう ごま油
				のりつくだに	のりつくだに		
10	月	麦ごはん	牛乳	こうやどうふのたまごとじ	たまご とり肉 かまぼこ こうやどうふ	たまねぎ にんじん さやいんげん	じゃがいも さとう
				ほうれんそうのあえもの	まぐろ油づけ ひじき 油あげ	ほうれんそう もやし にんじん	さとう
				ココアパウダー			ココアパウダー
12	水	サンド イッチ ロールパン	牛乳	ドライカレー	ぶた肉 牛肉 大豆	たまねぎ にんじん マッシュルーム とうもろこし ピーマン りんご トマト にんにく	カレールウ 米油
				ブロッコリーサラダ	とり肉	ブロッコリー きゅうり キャベツ にんじん	さとう サラダ油
				ネーブルオレンジ		ネーブルオレンジ	
13	木	わかめ ごはん	牛乳	スキーじる	とうふ ぶた肉 みそ	だいこん ごぼう こんにやく にんじん ねぎ	さつまいも
				ピリから大豆	大豆 とり肉	たまねぎ にんじん えだ豆 しょうが	さとう ごま油
14	金	ちゅうかめん	牛乳	五目ラーメン	とり肉 なんと くきわかめ	キャベツ たけのこ にんじん とうもろこし しょうが	でん粉
				ショーロンポー (2こ)	ぶた肉	たまねぎ キャベツ	小麦粉
				やさしいゼリー		やさしいゼリー	
17	月	玄米ごはん	牛乳	えがおのハヤシシチュー	ぶた肉	たまねぎ にんじん マッシュルーム にんにく トマト	じゃがいも ハヤシルウ さとう
				こんさいサラダ	まぐろ油づけ	ごぼう れんこん きゅうり とうもろこし にんじん	白ごま さとう ごま油
				オレンジ		オレンジ	
18	火	ごはん	はっ こ う 乳	ちゃんこなべ	とり肉 生あげ	たまねぎ ねぎ はくさい しらたき もやし えのきたけ にら にんにく	パン粉 さとう ごま油
				さつまいもと大豆の ごまからめ	大豆 しらすぼし		さつまいも でん粉 白ごま さとう 米油
				なのはなあえ	花かつお	なのはな キャベツ にんじん	さとう
19	水	ごはん	牛乳	ぶたじる	とうふ ぶた肉 みそ	だいこん にんじん ねぎ	さといも
				まぐろのあまからに	まぐろ油づけ	しょうが	さとう 米油
				キャベツのたくあんあえ	のり	キャベツ たくあんづけ	
20	木	あいちの 米粉パン	牛乳	ポトフ	とり肉	キャベツ たまねぎ にんじん だいこん	じゃがいも
				オムレツ	たまご		
				ポイルブロッコリー		ブロッコリー	
				たく上たまごなしマヨネーズ			たまごなしマヨネーズ
21	金	麦ごはん	牛乳	ワンタンスープ	とり肉	にんじん もやし チンゲンサイ はくさい	ワンタン
				チャブチェ	ぶた肉	たけのこ こまつな にんじん しょうが にんにく	はるさめ 白ごま さとう ごま油
				やさしいマフィン			やさしいマフィン

日	曜	こんだて名		主な材料とその働き			
		園	赤	赤	緑	園	
25	火	ごはん	牛乳	えがおのカレーシチュー	ぶた肉 豆乳	たまねぎ にんじん マッシュルーム にんにく	じゃがいも カレールウ
				フルーツミックス		もも パイナップル みかん	
				アーモンド入り小魚	いわし		アーモンド さとう
26	水	麦ごはん	牛乳	マーボ豆腐	とうふ ぶた肉 みそ	たけのこ にんじん ねぎ しょうが にんにく	さとう でん粉
				あげしゅうまい(2こ)	えび たら	たまねぎ	パン粉 でん粉 小麦粉 米油
				もやしのごまあえ		もやし	白ごま さとう
27	木	麦ごはん	牛乳	さわにわん	ぶた肉 かまぼこ	にんじん たけのこ ごぼう こまつな	ながいも でん粉
				ひじき入りおやこそぼろ	たまご とり肉 ひじき	たまねぎ にんじん えだ豆	さとう
				いよかん		いよかん	
28	金	ごはん	牛乳	肉じゃが	ぶた肉	たまねぎ こんにゃく にんじん グリーンピース	じゃがいも さとう
				さばざんがみ焼き	さば みそ		さとう

① 都合により献立を変更する場合があります。 ② すべての食材を表記しているものではありません。 ③ 主食となるめん類は前日に製造しています。  
④ ♪マークは、食缶・フライ缶のおかず、特定原材料7品目(卵・乳・小麦・えび・かに・そば・落花生)を使用していない献立です(調味料を除く)。

あいちけん きょうどりょうり  
愛知県の郷土料理



みっか げつ  
3日(月) おとしこし

かすがいし きょうどりょうり  
春日井市の郷土料理で、だいこんやにんじん、  
さといもなど旬の食材を使った煮物です。  
むかし「おみそか」である季節の変わり目の日「節分」  
に、健康や幸せを願って食べられています。  
みっか せつぶん  
3日の節分には、春日井市で古くから親しまれてきた  
りょうり あじ  
料理を味わいましょう。

にいがたけん きょうどりょうり  
新潟県の郷土料理



いち ちゅう  
13日(木) スキー汁

めいじじだい  
明治時代に、スキーが伝わったときに作られ、この名前が  
つきました。さつまいもを入れるのが特徴で、サイコロに  
切った「豆腐」は雪やあられ、短冊切りの「大根」や「に  
んじん」はスキー板、「つきこんにゃく」はスキーのシュプ  
ール、輪切りの「長ねぎ」と「ごぼう」はかんじきをあらわ  
しています。冬の寒い日に、冷えた体が温まるみそ汁です。

おうほこんだてしょうかい  
応募献立紹介

あいちけん  
テーマ：愛知県でたくさんとれる  
野菜を使った料理  
(れんこん)



なのか きん  
7日(金)

ぶたにく  
豚肉とれんこんの甘辛炒め焼き

おうぼしや  
応募者コメント

こ  
子どもたちが苦手だったれんこんも、この味付けだと  
まっさきに食べ始めるほど大好物になりました。  
うす  
薄く切った食材にタレがよく絡んでごはんがよくす  
すみます。

きゅうしよく  
セレクト給食

- ◎まぐろカツ・鶏肉のからあげ
- ◎まっちゃ大福・お米のタルト

よっか か  
4日(火)は、お楽しみのセレクト給食です!

フライとデザートの特選です。  
あなたは、何をえらびましたか?  
あいちけん  
愛知県の食材を使用したデザートです。  
まいちやたいふく  
まっちゃ大福は、西尾市産のまっちゃ、お米の  
タルトは春日井市産の米を使っています。おい  
しさいっぱいの地元の味をいただきます。



ブロッコリーはキャベツのなかまです。昭和時代の終わりごろから、よく食べられるようにな  
りました。がん予防や老化防止をする抗酸化作用のあるビタミンCやカロテン、貧血を  
予防する鉄分が多い野菜です。

きゅうしよく  
給食では、12日(水)ブロッコリーサラダ、20日(木)ボイルブロッコリーが  
とうじょう  
登場します。地元愛知県で栽培され、冬の今がおいしい旬のブロッコリーをいただきます。



花のつぼみを  
食べています。

給食費の  
お知らせ

単価	月	日数	予定金額	納期限(口座振替日)
245 円	1月分	1 7	4,165円	令和2年 3月 2日(月)
	2月分	1 8	4,410円	令和2年 3月 31日(火)

※口座への入金、納期限(口座振替日)の前日までをお願いします。  
※給食提供日の4日前(土日等、給食を実施しない日を除く。)までに学校に休みの  
連絡がない場合は、給食費を請求させていただきます。