



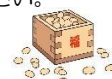
# 令和2年2月 学校給食献立表

甲賀市東部学校給食センター TEL：88-3903



| 日  | 曜日 | 主 食                        | 牛乳      | 献立名   | 主 使 用 材 料                           |   |   |  |               |                         |
|----|----|----------------------------|---------|---|-------------------------------------|---|---|--|---------------|-------------------------|
|    |    |                            |         |   | 血や肉になるもの(赤)                         |   | 体の調子を整えるもの(緑)   |  | エネルギーになるもの(黄) |                         |
|    |    |                            |         |   | 1群                                  | 2群  | 3群  | 4群   | 5群            | 6群                      |
|    |    |                            |         |   | 魚肉卵豆類                               | 牛乳小魚海藻  | 緑黄色野菜   | その他の野菜果物                                     | 穀類芋類砂糖        | 油脂類                     |
| 3  | 月  | 節分献立<br>ごはん<br>かるちゃんの日     | 牛乳      | いわしのしょうが煮<br>おにかまぼこのすまし汁<br>大豆の煮物                             | おにかまぼこ<br>だいず<br>ちくわ                | 牛乳<br>いわし<br>こんぶ  | にんじん<br>たまねぎ しめじ<br>みつば<br>こんにゃく<br>いんげんまめ<br>しょうが        | 米 さとう<br>でんぷん                                |               |                         |
| 4  | 火  | 丸パン横切り                     | 牛乳      | とんかつ 一食ソース<br>豆乳ポタージュース<br>キャベツのカレーソテー                        | とり肉<br>豆乳 ぶた肉                       | 牛乳<br>いわし<br>こんぶ  | にんじん<br>たまねぎ<br>いんげんまめ<br>キャベツ<br>かぼちゃ                    | パン パン粉<br>じゃがいも でんぷん<br>米粉 小むぎ粉              |               | 油                       |
| 5  | 水  | 希望ヶ丘小6年考案献立<br>ごはん         | 牛乳      | 鮭の塩焼き<br>野菜たっぷりみそ汁<br>ジャーマンポテト                                | さけ<br>とうふ みそ<br>ベーコン                | 牛乳<br>わかめ   | ねぎ<br>キャベツ たまねぎ   | 米 じゃがいも                                      |               | 油                       |
| 6  | 木  | 黒糖パン                       | 牛乳      | グラタン<br>ミネストローネ<br>海そうサラダ 一食和風ドレッシング                          | 豆乳<br>ベーコン<br>ふのり 華わかめ こんぶ 赤つのまた    | 牛乳<br>わかめ   | にんじん<br>たまねぎ<br>トマト<br>とうもろこし<br>ほうれん草<br>だいこん            | パン 黒糖 じゃがいも<br>米粉 米粉マカロニ<br>水あめ さとう でんぷん     |               | 油<br>和風<br>ドレッシング       |
| 7  | 金  | 全国味めぐり<br>ごはん<br>～青森県～     | 牛乳      | かれいのから揚げ<br>せんべい汁<br>りんご のりふりかけ                               | かれい とり肉<br>かつお節                     | 牛乳<br>のり  | ねぎ<br>にんじん<br>しめじ りんご                                     | 米 小麦せんべい<br>さといも さとう<br>米粉パン粉 でんぷん           |               | 油                       |
| 10 | 月  | かみかみ献立<br>ごはん              | 牛乳      | イカフライ<br>関東煮<br>れんこんのサラダ                                      | いか だいず<br>とり肉 厚あげ                   | 牛乳<br>こんぶ   | にんじん<br>だいこん<br>いんげんまめ<br>れんこん とうもろこし<br>ほうれん草<br>こんにゃく   | 米 パン粉<br>小むぎ粉 でんぷん<br>さといも さとう               |               | 油<br>ノンエッグ<br>マヨネーズ     |
| 12 | 水  | 希望ヶ丘小6年考案献立<br>ごはん         | 牛乳      | 豚肉いため<br>具材たっぷりみそ汁<br>ひじきのサラダ                                 | ぶた肉 とうふ<br>みそ 油あげ                   | 牛乳<br>ひじき   | にんじん<br>にんにく たまねぎ<br>ねぎ                                   | 米 じゃがいも<br>さとう                               |               | 和風<br>ドレッシング<br>油       |
| 13 | 木  | パン<br>いちごジャム               | 牛乳      | 日野菜タルタルチキン南蛮<br>(日野菜タルタル)<br>ポトフ                              | とり肉 だいず<br>ベーコン                     | 牛乳  | ほうれん草<br>いんげんまめ<br>にんじん<br>だいこん とうもろこし                    | パン さとう 水あめ<br>じゃがいも パン粉<br>小むぎ粉 でんぷん         |               | 油<br>ノンエッグ<br>マヨネーズ     |
| 14 | 金  | バレンタインデー献立<br>ごはん          | 飲むヨーグルト | ハートハンバーグ和風ソース<br>すまし汁(ハートかまぼこ)<br>ブロッコリーのおかかあえ                | とり肉 だいず<br>ぶた肉 とうふ<br>ハートかまぼこ かつおぶし | 飲むヨーグルト   | トマト<br>たまねぎ えのきだけ<br>もやし<br>ブロッコリー                        | 米 さとう<br>でんぷん じゃがいも                          |               | 豚脂                      |
| 17 | 月  | ごはん                        | 牛乳      | 野菜とわかめのとうふ寄せ<br>とりじゃが<br>いんげんの塩昆布あえ                           | とり肉 とうふ<br>魚肉すり身<br>だいず             | 牛乳 昆布<br>華わかめ<br>わかめ  | にんじん<br>たまねぎ 糸こんにゃく<br>かぼちゃ<br>いんげんまめ<br>グリーンピース          | 米 じゃがいも<br>さとう でんぷん<br>米粉パン粉                 |               | 油                       |
| 18 | 火  | 中華めん                       | 牛乳      | はるまき<br>ラーメン汁<br>ほうれん草のナムル                                    | だいず ぶた肉<br>みそ                       | 牛乳  | にんじん<br>キャベツ たまねぎ<br>にら ねぎ<br>ほうれん草<br>にんにく はくさい          | 中華めん はるさめ<br>でんぷん さとう<br>小むぎ粉                |               | 豚脂<br>油<br>ごま油          |
| 19 | 水  | 食育の日<br>ごはん うめぼし<br>ふるさと献立 | 牛乳      | すごもろこのカレー揚げ<br>甲賀市産はくさいのみそ汁<br>かんぴょうの煮物                       | みそ 油あげ                              | 牛乳<br>すごもろこ   | にんじん<br>ねぎ<br>いんげんまめ<br>うめ                                | 米 米粉<br>さとう                                  |               | 油                       |
| 20 | 木  | ファイバー君の日<br>ごはん            | 牛乳      | さわらの白みそだれ<br>エノキのすまし汁<br>きんぴらごぼう                              | さわら 白みそ<br>とうふ 牛肉                   | 牛乳  | にんじん<br>ねぎ<br>えのきだけ ごぼう<br>たまねぎ こんにゃく                     | 米 さとう<br>ごま<br>ごま油<br>油                      |               |                         |
| 21 | 金  | 忍者献立<br>黒影ごはん<br>ごま塩       | 牛乳      | 忍忍クロック<br>しか肉の甲賀流忍者鍋<br>忍者丸(大豆の黒チョコタッフィー)<br>甲賀市産にんじんとみかんのゼリー | しか肉<br>手裏剣かまぼこ<br>みそ だいず            | 牛乳<br> | にんじん<br>だいこん キャベツ<br>ごぼう 忍ねぎ(白ねぎ)<br>たまねぎ 土山茶<br>みかん にんじん | 米 黒米(もち米)<br>さとう でんぷん<br>じゃがいも パン粉<br>小麦粉 米粉 |               | ごま<br>油                 |
| 25 | 火  | 鉄ちゃんの日<br>うすまきパン           | 牛乳      | レバー入りメンチカツ<br>小松菜と大豆の華スープ<br>ほうれん草のサラダ                        | だいず ぶた肉<br>とりレバー                    | 牛乳  | 小松菜<br>にんじん<br>ほうれん草                                      | パン さとう<br>パン粉 小むぎ粉<br>米粉 でんぷん                |               | 油<br>フレンチ<br>ドレッシング     |
| 26 | 水  | ごはん                        | 牛乳      | シューマイ<br>カレー<br>小松菜とツナのポン酢あえ                                  | ぶた肉<br>まぐろ                          | 牛乳  | にんじん<br>たまねぎ<br>しょうが<br>小松菜                               | じゃがいも 米粉 米<br>パン粉 でんぷん<br>さとう 小むぎ粉 水あめ       |               |                         |
| 27 | 木  | ココアパン                      | 牛乳      | オムレツのケチャップソース<br>根菜のコンソメ煮<br>キャベツのサラダ                         | たまご<br>とり肉<br>えだまめ(だいず)             | 牛乳  | にんじん<br>いんげんまめ<br>えだまめ                                    | ココアパン さとう<br>じゃがいも                           |               | オリーブ油<br>ノンエッグ<br>マヨネーズ |
| 28 | 金  | 希望ヶ丘小6年考案献立<br>ごはん         | 牛乳      | とりのから揚げ<br>冬野菜汁<br>ブロッコリーのアヒージョ風おかず                           | とり肉 みそ                              | 牛乳  | にんじん<br>しょうが だいこん<br>ブロッコリー<br>にんにく キャベツ<br>パセリ           | 米<br>米粉<br>さといも                              |               | 油<br>オリーブ油              |

\*ソフトメン・中華めん・近江うどんの製造工場では、そばを含む製品を製造しています。  
 \*使用食材などご質問があれば、甲賀市東部学校給食センターまで、お問い合わせください。  
 \*材料の都合により献立の一部を変更することがあります。  
 ◎1月の給食の放射能測定は、不検出でした。(～1月21日)  
 ★2月13日(木)の「日野菜タルタルチキン南蛮」は、甲南高校生が考えたメニューです★



保護者の皆様から、いただいております給食費は  
 全て子どもたちの給食食材の購入費です。  
 毎月の給食費は必ずお支払くださいますよう  
 よろしく願います。  
 2月の口座振替日は26日(水)です。