

令和8年2月 学校給食こんだて表

2月3日 節分

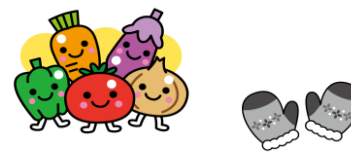


☆今月の目標 日本の食文化を見直そう！

松江市立八雲小学校・中学校

		おもなざいりょう					
		あかのしょくひん		みどりのしょくひん		きいろのしょくひん	
		おもに体をつくるものになる食品		おもに体の調子をととのえる食品		おもにエネルギーになる食品	
日	こんだて	1群	2群	3群	4群	5群	6群
2月	牛乳 もずくどん こまつなのサラダ かすじる	ぶた肉 ツナ たら 油あげ みそ	牛乳 もずく	ほうれんそう こまつな にんじん 青ねぎ	たまねぎ とうもろこし キャベツ だいこん こんにゃく	米 じゃがいも さとう	ノンエッグ マヨネーズ
3火	牛乳 ごはん いわしのカレーあげ ひじきとだいずのいそに みぞれじる	いわし だいず 油あげ とうふ ぶた肉	牛乳 ひじき	にんじん 青ねぎ	なめこ だいこん はくさい	米 かたくり粉 さとう	油
4水	牛乳 ごはん あつやきたまご れんこんのあますあえ だいこんのオイスターソースに	たまご とり肉 油あげ	牛乳	にんじん チンゲンサイ こまつな	れんこん はくさい にんにく だいこん きくらげ	米 さとう	油
5木	牛乳 セルフウインナードッグ 「コッペパン」 ウインナーケチャップソースかけ ふるさとドレッシングサラダ とうにゅうスープ	ウインナー ベーコン とうにゅう	牛乳 わかめ	にんじん ブロッコリー	キャベツ だいこん にんにく しめじ たまねぎ とうもろこし	パン さとう じゃがいも	ドレッシング
6金	牛乳 ごはん さわらのゆずこしょうやき なっとうあえ ふのみそしる	さわら 油あげ なっとう みそ かつおぶし	牛乳 のり	にんじん ほうれんそう 青ねぎ	もやし たまねぎ はくさい しいたけ うめ	米 さとう ふ	
9月	牛乳 ごはん ぶたキムチ あすっこのりマヨあえ ちゅうかたまごスープ	ぶた肉 たまご	牛乳 のり	にんじん あすっこ にら	はくさいキムチ たまねぎ キャベツ だいこん とうもろこし にんにく	米 さとう かたくり粉	油 ノンエッグ マヨネーズ ごま
10火	牛乳 こくとうパン たらのケチャップあえ にんじんサラダ コンソメスープ	たら ツナ	牛乳	トマト さやいんげん にんじん ブロッコリー	キャベツ たまねぎ かぶ しめじ	こくとうパン 白いんげんまめ じゃがいも かたくり粉 さとう	油
12木	牛乳 ごはん ぶた肉のかりんあげ ブロッコリーのおかかあえ だいこんのみそしる	ぶた肉 とうふ 油あげ みそ かつおぶし	牛乳 わかめ	ブロッコリー にんじん 青ねぎ	キャベツ たまねぎ だいこん	米 さとう かたくり粉	油
13金	牛乳 ごはん やきししゃも(1人2尾) ごまずあえ すきやきに	とり肉 ぶた肉 油あげ	牛乳 ししゃも	こまつな にんじん	だいこん キャベツ ごぼう だいこん しいたけ はくさい 白ねぎ こんにゃく	米 さとう	油 ごま

※物資の都合上、献立を変更することがありますのでご了承ください。



		おもなざいりょう					
		あかのしょくひん		みどりのしょくひん		きいろのしょくひん	
		おもに体をつくるものになる食品		おもに体の調子をととのえる食品		おもにエネルギーになる食品	
日	こんだて	1群	2群	3群	4群	5群	6群
16月	牛乳 ポークカレー とうふのメンチカツ ごぼうサラダ	ぶた肉 とり肉 チキンハム とうふ	牛乳	にんじん トマト ほうれんそう	たまねぎ えだまめ ごぼう キャベツ りんご	米 じゃがいも さとう パン粉 かたくり粉	油 ごま
17火	牛乳 コッペパン レーズンクリーム さけのレモンベッツパーやき かいそうサラダ からだにやさしいしおこうじのポトフ	さけ ウインナー	牛乳 わかめ とさかのり こんぶ	にんじん ブロッコリー トマト	レモン キャベツ だいこん たまねぎ しめじ はくさい	パン じゃがいも さとう	レーズンクリーム ごま油 ごま
18水	牛乳 ごはん とり肉のみぞれあえ うめあえ こんさいのみそしる	とり肉 油あげ みそ	牛乳	ほうれんそう にんじん	だいこん ゆず たまねぎ はくさい ごぼう れんこん しいたけ 白ねぎ うめ	米 じゃがいも かたくり粉	油
19木	牛乳 セルフミートサンド 「コッペパン」 セルフミートサンドの具 げんきサラダ はくさいのクリームに	とり肉 ぶた肉 だいず チキンハム かつおぶし	牛乳 こんぶ	ブロッコリー にんじん ピーマン	たまねぎ キャベツ きゅうり とうもろこし はくさい カリフラワー にんにく	パン さとう こむぎ粉	油
20金	牛乳 ごはん あじのこうみフライ ごもくきんびら とうふのみそしる	あじ とうふ 油あげ とり肉 みそ	牛乳 わかめ	にんじん 青ねぎ さやいんげん	ごぼう れんこん たまねぎ	米 さとう こむぎ粉 パン粉	油 ごま ごま油
24火	牛乳 ジャージャーめん はるまき だいこんのナムル はっさく	ぶた肉 とり肉 だいず みそ ツナ	牛乳	にんじん こまつな	たまねぎ たけのこ しいたけ 白ねぎ だいこん はっさく にんにく	ちゅうかめん こむぎ粉 かたくり粉 さとう	油 ごま ごま油
25水	牛乳 ごはん さばのみそに おからサラダ ゆばのすましじる	さば みそ おから ツナ ゆば	牛乳	にんじん ほうれんそう	とうもろこし えだまめ キャベツ きゅうり たまねぎ えのきたけ	米 さとう	ノンエッグ マヨネーズ
26木	牛乳 キャロットパン ポテトのチーズやき カラフルサラダ はくさいと肉だんごのスープ	ツナ とり肉	牛乳 チーズ	にんじん ブロッコリー チンゲンサイ パセリ ピーマン	もやし とうもろこし たまねぎ しいたけ キャベツ だいこん	キャロットパン じゃがいも さとう パン粉	ごま ごま油 ノンエッグ マヨネーズ
27金	牛乳 ごはん はまちとねぎのさっぱり こんぶあえ ぶたじる	はまち ぶた肉 とうふ みそ	牛乳 こんぶ	ほうれんそう にんじん 青ねぎ	白ねぎ はくさい キャベツ ごぼう だいこん こんにゃく	米 かたくり粉 さとう	油