



2月の予定献立表



平成27年度

志木市立志木第四小学校

日	曜	こんだてめい		E礼拝-Kcal	たんぱくしつ g	おもにからだをつくる食品(あか)	おもにからだのちょうしをととのえる食品(みどり)	おもにねつやちからになる食品(きいろ)	
		しゅしょく	のみもの						
1	月	ジャンバラヤ	ぎゅうにゅう	569	22.1	ぎゅうにゅう ぶたかたにく むきえび ウィナー ベーコン だいす いんげんまめ ひよこまめ	たまねぎ ホールコーン ピーマン あかピーマン ホールトマト キャベツ にんじん こまつな	こめ あぶら バター じゃがいも	
2	火	ごはん	ぎゅうにゅう	640	26.8	ぎゅうにゅう いわし ぶたにく とうふ	しょうが もやし にんじん きゅうり れんこん ばんのうねぎ	こめ あぶら ごまあぶら さんおんとう でんぷん さといも	
3	水	まめまきごはん	ぎゅうにゅう	595	26.1	ぎゅうにゅう だいす あぶらあげ とうふ ひじき たまご あかみそ はっちょうみそ	にんじん あさつき にんじん ごぼう いちご だいこん なめこ ねぎ こまつな	こめ あぶら でんぷん	
4	木	さきたま ライスボールパン	ジョア レモン	602	26.7	ぎゅうにゅう ジョア ベーコン むきえび チーズ ぶたももにく	たまねぎ にんじん パセリ クリームコーン しらたき もやし きゅうり キャベツ	さきたまライスボールパン あぶら ごまあぶら バター こむぎこ じゃがいも	
5	金	わかめごはん	ぎゅうにゅう	622	26.0	ぎゅうにゅう とうふ わかめ とりひきにく あかみそ とりももにく	ばんのうねぎ ごぼう ねぎ にんじん こんにゃく ごぼう だいこん きゅうり しょうが	こめ あぶら ごま さんおんとう でんぷん さといも やきふ	
8	月	さといもと しめじのごはん	ぎゅうにゅう	606	29.9	ぎゅうにゅう あぶらあげ ぶたヒレにく たまご とうふ わかめ なんと	しめじ ばんのうねぎ キャベツ えのき ねぎ にんじん	こめ あぶら こむぎこ なまパンこ	
9	火	ちゅうかめん	ぎゅうにゅう	674	29.0	ぎゅうにゅう ぶたひきにく トラウトサーモン チーズ	しょうが にんじん たまねぎ もやし キャベツ なら	ちゅうかめん あぶら ごまあぶら はるまきのかわ こむぎこ	
10	水	ごはん	ぎゅうにゅう	568	26.5	ぎゅうにゅう あかうお あかみそ しろみそ	しょうが もやし にんじん こまつな はくさい だいこん ねぎ	こめ ごまあぶら さんおんとう でんぷん しろごま じゃがいも	
11	木	建国記念の日							
12	金	えびピラフ	ぎゅうにゅう	595	22.7	ぎゅうにゅう むきえび ベーコン ぶたももひきにく とりひきにく とうふ たまご おから	セロリー たまねぎ にんじん マッシュルーム コーン パセリ しょうが はくさい ねぎ	こめ バター ごまあぶら さんおんとう グラニューとう こむぎこ でんぷん チョコレート くるみ	
15	月	ごはん	ぎゅうにゅう	600	28.2	ぎゅうにゅう さわら さつまあげ とりももにく	ゆず にんじん ほししいたけ きりぼしだいこん きぬさや だいこん こんにゃく こまつな せり まいたけ	こめ あぶら さんおんとう だまこもち	
16	火	ざっこごはん	ぎゅうにゅう	624	27.9	ぎゅうにゅう とりももにく たまご とうふ あおさ	にんにく たまねぎ パセリ ブロッコリー ねぎ	こめ あわ きび ひえ アマランサス あぶら こむぎこ さんおんとう マヨネーズ	
17	水	すめし	ぎゅうにゅう	617	28.3	ぎゅうにゅう とりももにく あぶらあげ やきのり いか ぶたももにく	にんじん れんこん きぬさや ほししいたけ たけのこ だいこん ごぼう ばんのうねぎ	こめ あぶら さんおんとう しろごま でんぷん	
18	木	ちゅうかめん	ぎゅうにゅう	614	27.2	ぎゅうにゅう ぶたにく やきちくわ とうふ たまご	にんじん もやし キャベツ ピーマン なら はくさい こまつな しいたけ	ちゅうかめん あぶら でんぷん ゼリー	
19	金	ごはん	ぎゅうにゅう	656	24.9	ぎゅうにゅう むきえび たまご とりももにく しろみそ かつおぶし	にんじん みつば たまねぎ もやし こまつな だいこん ごぼう れんこん こんにゃく ばんのうねぎ	こめ あぶら こむぎこ コーンスターチ でんぷん さんおんとう じゃがいも	
22	月	フレンチトースト	ぎゅうにゅう	620	22.7	ぎゅうにゅう ベーコン たまご	にんにく たまねぎ にんじん ホールトマト キャベツ きゅうり あかピーマン	しょくパン あぶら マカロニ バター しょうはくとう グラニューとう さんおんとう じゃがいも	
23	火	ごはん	ぎゅうにゅう	632	29.3	ぎゅうにゅう ぶたひきにく たまご なまあげ あかみそ しろみそ おから	たまねぎ れんこん だいこん ばんのうねぎ こまつな デコボン	こめ バター パンこ	
24	水	ごはん	ぎゅうにゅう	619	27.5	ぎゅうにゅう ほっけ やきのり とりももにく なまあげ	こまつな キャベツ もやし にんじん だいこん こんにゃく ごぼう	こめ あぶら でんぷん さといも さんおんとう	
25	木	むぎごはん	ぎゅうにゅう	637	23.6	ぎゅうにゅう ぶたひきにく あかみそ とりももにく たまご	しょうが にんにく にんじん ねぎ なら はくさい たまねぎ チンゲンサイ ホールコーン クリームコーン	こめ おしむぎ あぶら ごまあぶら さんおんとう でんぷん	
26	金	うどん	ぎゅうにゅう	616	24.1	ぎゅうにゅう なんと こんぶ あぶらあげ だいす ひじき わかめ ちりめんじゃこ たまご	ねぎ ミニトマト	うどん さんおんとう さつまいも こむぎこ でんぷん	
29	水	はっかげんまいりごはん	ぎゅうにゅう	709	21.3	ぎゅうにゅう ぶたももにく チーズ	にんにく しょうが にんじん たまねぎ ブロッコリー ホールトマト みかん缶 バイン缶 もも缶	こめ はっかげんまい あぶら こむぎこ じゃがいも しょうはくとう ナタデココ	

☆材料などの都合で、その日の献立が変更になる場合があります。

☆献立の内容に応じて、給食室で箸、スプーンまたはフォークを準備します。

☆今月の給食費お引き落としは2月8日(月)、再引き落としは2月25日(木)になります。残高のご確認をお願いいたします。

