



令和4年2月 学校給食献立表

北名古屋市給食センター

日曜	曜	献立名		体内での働き						エネルギー (kcal) 小中	
				血・肉・骨になるもの		体の調子を整えるもの		力・熱になるもの			
				1群	2群	3群	4群	5群	6群		
				魚・肉・卵・大豆・大豆製品	牛乳・小魚・海藻	緑黄色野菜	その他野菜・きのこ・果物	穀類・いも類・さとう	油脂・種実類		
1	火	ごはん 牛乳	豆腐しんじょう	豆腐しんじょう	牛乳				ごはん		550 719
			ゆかりあえ			ゆかり粉	もやし キャベツ きゅうり				
			豚汁	豚肉 豆腐 油揚げ 豆みそ		にんじん	だいこん ごぼう ねぎ こんにゃく		さといも		
2	水	中華めん 牛乳	ぎょうざロール	ぎょうざロール	牛乳				中華めん		602 736
			三色ナムル			にんじん ほうれんそう	もやし			ごま油	
			とんこつラーメン	豚肉		にんじん	たまねぎ はくさい ねぎ しょうが にんにく				
3	木	ごはん 牛乳	いわしかば焼き	いわし開き	牛乳			しょうが	ごはん さとう でんぶん	なたね油	608 771
			春菊のおひたし	かつお節		にんじん 春菊	もやし				
			けんちん汁	豆腐 油揚げ		にんじん	だいこん ごぼう ねぎ こんにゃく		さといも	ごま油	
			節分豆(小袋)	節分豆							
4	金	麦ごはん 牛乳	白菜のクリーム煮	鶏肉	牛乳 チーズ	にんじん ブロッコリー	はくさい たまねぎ とうもろこし グリンピース	麦ごはん じゃがいも マカロニ	生クリーム ベシヤメルソース		634 814
			切干大根のペペロンチーノ	ベーコン		パセリ	切干大根 えのきたけ にんにく もやし		オリーブ油		
7	月	ごはん 牛乳	さば銀紙焼き	さば銀紙焼き	牛乳				ごはん		668 849
			和風ポテトサラダ	かつお節		にんじん	キャベツ きゅうり		じゃがいも	卵なしマヨネーズ	
			ちゃんこ汁	チキンボール 豆腐		にんじん	はくさい だいこん ねぎ しょうが				
8	火	ごはん 牛乳	鶏肉とカシューナッツの炒め物	鶏肉	牛乳	にんじん 青ピーマン 赤ピーマン	たまねぎ たけのこ しょうが にんにく	ごはん でんぶん	なたね油 ごま油 カシューナッツ		642 824
			春雨スープ	豚肉 豆腐 かまぼこ			はくさい もやし 干しいたけ ねぎ		でんぶん はるさめ		
			ミニブルーベリーゼリー						ミニブルーベリーゼリー		
9	水	ロールパン 牛乳	パンネ入りポロネーゼ	豚ひき肉	牛乳 チーズ	にんじん トマト	たまねぎ グリンピース	ロールパン マカロニ さとう	デミグラスソース ビーフシチュールー		668 854
			カラフルサラダ			赤ピーマン 黄ピーマン	キャベツ きゅうり とうもろこし		イタリアンドレッシング		
10	木	ごはん 牛乳	揚げ豆と小魚の甘がらめ	大豆	牛乳 かつおいわし				ごはん さとう でんぶん	なたね油	657 841
			豆乳鍋	豚肉 豆腐 豆乳 米みそ		にんじん	はくさい こんにゃく ねぎ				
			いよかん				いよかん				
14	月	レーズン ロールパン 牛乳	ハンバーグケチャップソース	ハンバーグ	牛乳				レーズンロールパン さとう		705 887
			白菜とかぶのポトフ	ウインナー		にんじん パセリ	はくさい たまねぎ かぶ セロリ		じゃがいも		
			★チョコプリン						チョコプリン		
15	火	ごはん 牛乳	あじフライ	あじフライ	牛乳				ごはん	なたね油	593 760
			おかかあえ	かつお節		にんじん チンゲンサイ	もやし		さとう		
			キムチ入りみそ汁	豚肉 豆腐 豆みそ			だいこん ごぼう えのきたけ こんにゃく キムチ				
16	水	ごはん 牛乳	えびチャーハン	えび 焼き豚	牛乳	にんじん	たまねぎ ねぎ	ごはん	ごま油		545 709
			パンパンジーサラダ	ささみ油漬け			キャベツ きゅうり		パンパンジードレッシング		
			トックスープ		わかめ	チンゲンサイ にんじん	ねぎ 干しいたけ とうもろこし		トック		
17	木	ソフトめん 牛乳	ほうれんそうのクリームソース	ベーコン	牛乳	ほうれんそう パセリ	たまねぎ ぶなしめじ	ソフトめん でんぶん	ホワイトルウ		646 782
			フレンチサラダ				とうもろこし キャベツ きゅうり		フレンチドレッシング		
18	金	ごはん 牛乳	愛知県産キャベツ入り平つくね	愛知県産キャベツ入り平つくね	牛乳				ごはん		632 804
			切干大根のごまあえ	まぐろ油漬け		にんじん	切干大根 きゅうり もやし		さとう	ごま	
			愛知のすまし汁	うずら卵 豆腐 型抜きかまぼこ		にんじん みつば	干しいたけ		じゃがいも		
21	月	麦ごはん 牛乳	カレーライス	豚肉	牛乳	にんじん	たまねぎ グリンピース にんにく	麦ごはん じゃがいも	カレールー デミグラスソース		650 834
			ツナサラダ	まぐろ油漬け			キャベツ きゅうり とうもろこし		和風ドレッシング		
			福神漬				福神漬				
22	火	ごはん 牛乳	いかフライレモンソース	いかフライ	牛乳			レモン	ごはん さとう	なたね油	616 786
			なめたけあえ			ほうれんそう	なめたけ もやし				
			じゃがいものみそ汁	豆腐 豆みそ 米みそ	わかめ	にんじん	だいこん ねぎ		じゃがいも		
24	木	ごはん 牛乳	ハタハタのから揚げ(小1中2)	ハタハタのから揚げ	牛乳				ごはん	なたね油	564 733
			いぶりがっこ				いぶりがっこ				
			きりたんぼ鍋	鶏肉 油揚げ		にんじん せり	ごぼう ぶなしめじ ねぎ		きりたんぼ		
25	金	ロールパン 牛乳	ウインナー	ウインナー	牛乳				ロールパン		624 805
			花野菜入りサラダ			ブロッコリー	カリフラワー キャベツ きゅうり		かんきつドレッシング		
			コンソメスープ	ベーコン		にんじん パセリ	たまねぎ はくさい セロリ		じゃがいも		
28	月	ごはん 牛乳	関東煮	豚肉 ちくわ 生揚げ うずら卵	牛乳 こんぶ	にんじん	だいこん こんにゃく	ごはん さといも さとう			622 782
			なばなのおひたし			なばな にんじん	とうもろこし キャベツ				
			★ヨーグルト		ヨーグルト						

※献立内容は都合により変更する場合があります。※カレールー、ハヤシルウ、ホワイトルウ、デミグラスソースは卵、小麦を使用していません。★業者配送 ※ごはん・めん・牛乳・太字は北名古屋産又は愛知県産農作物 ※小学校のエネルギーは、3・4年生の値です。

3日(木)

●節分献立(いわしかば焼き・節分豆)

日本で昔から行われている節分の豆まきには、鬼(病気や災害)を払い、福を呼び寄せるという意味があります。

また、地方によっては、ひいらぎの小枝にいわしの頭を刺し、家の戸口にさげる風習があります。



25日(金)

●お楽しみ献立(中学校3年生)

中学校3年生のみなさん、もうすぐ卒業ですね。お祝いの気持ちを込めて、お楽しみ献立を実施します。

きなこ揚げパン・牛乳・フライドチキン・花野菜入りサラダ・コンソメスープ・お楽しみデザート



今月の郷土料理

24日(木)献立

秋田県

●ハタハタのから揚げ

「ハタハタがないと正月が迎えられない」と言うほど、秋田県民の生活に欠かせない魚です。そのため煮つけや鍋、お寿司など、様々な調理法で食べられています。給食では、食べやすいから揚げにします。



●いぶりがっこ

「いぶりがっこ」とは、だいこんのくん製のことを言います。一般的にだいこんを天日干しにして、漬物にしたものが「たくあん」です。しかし、冬の秋田県は日照時間が少なく、またとても寒いので、だいこんを干すことができませんでした。そこで家の中の囲炉裏の上でだいこんを吊るし、いぶすことで乾燥させて漬物を作ることになりました。



●きりたんぼ鍋

ご飯をすりこぎですりつぶし、芯にした棒に、にぎりつけて焼いたものを、秋田県では「きりたんぼ」とよびます。鍋に入れるほか、みそをぬって焼く「みそ焼きたんぼ」としても食べられます。



毎月19日は

「食育の日」～おうちでごはんの日～

今月の給食費・教材費 口座振替日は2月10日(木)