




令和6年度 2月学校給食献立表



※牛乳200mlが毎日1本つきます。

筑前町立中牟田小学校

日	曜日	こ ん だ て め い		ざ い り よ う			栄 養 価	
		しゅしょく	しゅさい・ふくさい	おもにからだをつくる もとなる	おもにからだのちょうしを ととのえるもとなる	おもにエネルギーの もとなる	エネルギー Kcal	たんぱく質 g
3	月	ごはん	とりじゃが わふうサラダ ぎすけに	とりにく だいず ちくわ くきわかめ いりこ ぎゅうにゅう	にんじん たまねぎ いんげん きゅうり こんにやく	こめ じゃがいも ごま ノンエッグマヨネーズ さとう あぶら	594	21.9
4	火	ごはん	よせなべ こんさいのきんぴらふういため なっとう	ぶたにく とりにく つくね あつあげ なっとう あかみそ ぎゅうにゅう	にんじん はくさい れんこん ごぼう しろねぎ なら しめじ	こめ ごま マロニー さとう ごまあぶら	612	27.3
5	水	むぎごはん	さばのにつけ そくせきづけ しちさいじる	さば とうふ あぶらあげ こんぶ あわせみそ ぎゅうにゅう	にんじん たまねぎ キャベツ だいこん きゅうり ごぼう こまつな しょうが	こめ むぎ じゃがいも ごま さとう	625	23.5
6	木	ワンローフパン	オムレツ チリコンカン やさいスープ	ぎゅうにく ぶたにく ベーコン オムレツ だいず ぎゅうにゅう	にんじん たまねぎ はくさい トマト パセリ にんにく	パン じゃがいも こむぎこ あぶら	574	23.2
7	金	じゃごごはん	ロイヤルカツ ゆずあえ じゃがいものみそしる	ぎゅうにく ぶたにく とりにく とうふ わかめ しらすぼし あわせみそ ぎゅうにゅう	にんじん たまねぎ キャベツ こまつな もやし ゆずかじゅう	こめ じゃがいも パンこ ごま さとう あぶら	625	23.2
10	月	むぎごはん	いわしのうめに こまつなごまあえ かきたまじる・ヨーグルト	とりにく いわし たまご ヨーグルト ぎゅうにゅう	にんじん たまねぎ こまつな キャベツ ちんげんさい ばいにく えのきたけ	こめ むぎ でんぶん ごま ねりごま	612	24.4
11	火	 建 国 記 念 の 日						
12	水	ごはん	こうやどうふのごもくに あげぎょうざ ちゅうかサラダ	ぶたにく とりにく かにかま こうやどうふ わかめ ひじき ぎゅうにゅう	にんじん たまねぎ キャベツ きゅうり コーン いんげん なら にんにく こんにやく	こめ じゃがいも さとう ぎょうざのかわ あぶら	619	22.6
13	木	しょくパン	ハンバーグオニオンソース ほうれんそうとポテトのサラダ コンソメスープ	ハンバーグ ベーコン チーズ ぎゅうにゅう	にんじん たまねぎ パセリ キャベツ ほうれんそう しめじ	パン じゃがいも さとう ノンエッグマヨネーズ あぶら	619	23.9
14	金	むぎごはん	ポークカレー りんごとツナのサラダ	ぶたにく ツナ チーズ スキムミルク ぎゅうにゅう	にんじん たまねぎ キャベツ きゅうり しょうが にんにく トマト りんご レモンかじゅう	こめ むぎ じゃがいも こむぎこ バター さとう あぶら	620	22.5
17	月	ごはん	あつやきたまご かみかみサラダ けんちんじる	とりにく ハム たまご とうふ クロダマル しらすぼし ぎゅうにゅう	にんじん きゅうり ごぼう ねぎ コーン ほししいたけ こんにやく	こめ じゃがいも さとも アーモンド でんぶん あぶら ノンエッグマヨネーズ	594	22.7
18	火	むぎごはん	さばのにくみそあんかけ くきわかめのいためもの ワントンスープ	ぎゅうにく ぶたにく とりにく さば くきわかめ こめみそ ぎゅうにゅう	にんじん たまねぎ もやし ちんげんさい こんにやく なら	こめ むぎ ワンタン ごま さとう あぶら ごまあぶら	614	27.3
19	水	クロダマルごはん	ピピンパふういため たまごスープ	ぶたにく やきぶた たまご とうふ クロダマル チーズ あかみそ ぎゅうにゅう	にんじん たまねぎ こまつな もやし なら ちんげんさい キムチ しょうが にんにく えのきたけ	こめ でんぶん ごま さとう あぶら ごまあぶら	586	26.9
20	木	ミルクパン	とにゅうのクリームシチュー ブロッコリーサラダ ミルク	とりにく ベーコン しろいんげんまめ とにゅう ぎゅうにゅう	にんじん たまねぎ キャベツ ブロッコリー しめじ	パン じゃがいも ミルク あぶら	559	22.7
21	金	ごまごはん	ちぐさあえ ぶたじる	ぶたにく とりにく とうふ あぶらあげ しらすぼし あわせみそ ぎゅうにゅう	にんじん だいこん キャベツ もやし ごぼう コーン ねぎ だいこんば しょうが	こめ じゃがいも ごま さとう あぶら ごまあぶら	533	20.1
24	月	振 替 休 日						
25	火	むぎごはん	とうふのちゅうかに しゅうまい きりぼしだいこんのごまみそ	ぶたにく とりにく とうふ わかめ ぎゅうにゅう	にんじん たまねぎ はくさい きりぼしだいこん きゅうり にんにく しょうが しめじ	こめ むぎ でんぶん ごま ねりごま しゅうまいのかわ さとう あぶら ごまあぶら	559	22.4
26	水	むぎごはん	とりにくのてりやき ひじきのサラダ みそなべふうスープ	とりにく とうふ ひじき こめみそ ぎゅうにゅう	にんじん キャベツ きゅうり もやし ごぼう ねぎ しめじ しょうが ひめすかじゅう	こめ むぎ さとう あぶら	576	24.3
27	木	こめこパン	タイピーエン はるまき ちゅうかふうハムサラダ	ぶたにく ハム てんぷら ぎゅうにゅう	にんじん たまねぎ はくさい もやし きゅうり だいこん ねぎ キャベツ しょうが にんにく	こめこパン はるまきのかわ はるさめ こむぎこ でんぶん さとう あぶら ごまあぶら	595	22.1
28	金	むぎごはん	ふわふわおやこに いわしのカリカリフライ やさいのこんぶあえ	とりにく いわし たまご とうふ こんぶつくだに ぎゅうにゅう	にんじん たまねぎ こまつな キャベツ ねぎ ほししいたけ	こめ むぎ じゃがいも こむぎこ こめこ でんぶん さとう あぶら	593	24.0

○食材の調達、天候や臨時休校等により、食材や献立の変更がある場合があります。