

令和3年 2月の予定献立表

材料、その他の都合により献立を変更することがあります。
※アレルギー詳細献立表もあわせてご覧ください。



行事や本日の給食のテーマ

欠食等を表示します

食品	体内ではたらく
あか	血や肉、骨をつくる
き	働く力や体温となる
みどり	体の調子を整える

カ
ミ
カ
ミ
献
立

西原町学校給食共同調理場
電話番号 945-4935

〈給食目標〉 食事のマナーを考えて食事をしよう。
〈栄養目標〉 健康によい食事をしよう。

※カミカミ献立…噛み応えのある料理が入っています
よく噛んで食べよう!

こ ん だ て	1(月)リクエスト給食☆ ブロッコリー サラダ あげパン☆ にくだんご スープ	2(火) 節分 せつぶんまめ いわしのうめ ごはん だいこんの そぼろに かきたまじる	3(水) ごはん もやし ナムル マーボー だいこん	4(木) さかなのカレーやき カルシウム ごはん やさい ソー ジュリエンヌ スープ	5(金) いよかん ごはん スタミナ ぶたどん はくさいと あぶらあげの みそしる
あか	牛乳、脱脂粉乳、きなこ、ミートボール、わかめ、ヒヨコ豆、マロファットピース、レッドキドニー、鶏がら	牛乳、卵、あさり、とうふ、鶏肉、大豆、ちくわ、削り節、いわし梅煮	牛乳、豆腐、豚肉、豚レバー、みそ、大豆、錦糸卵	牛乳、ベーコン、ハム、さば、ツナ、鶏ガラ	牛乳、油揚げ、わかめ、みそ、削り節、豚肉
き	コッペパン、さとう、黒糖、大豆油、アーモンド、エッグケアマヨネーズ	こめ、大豆油、でん粉	こめ、さとう、でんぷん、大豆油、ごまごま油	こめ、カルシウム米、大豆油、さとう、水あめ	こめ、大豆油、さとう
みどり	大根、白菜、玉ねぎ、にんじん、コーン、えのきだけ、ブロッコリー、きゅうり、キャベツ	玉ねぎ、パクチョイ、大根、ごぼう、にんじん、枝豆、しいたけ	大根、にんじん、玉ねぎ、にら、小松菜、長ねぎ、切干、もやし、きゅうり	白菜、玉ねぎ、人参、小松菜、マッシュルーム、えのきだけ、ブロッコリー、キャベツ	白菜、大根、玉ねぎ、にんじん、いよかん、長ねぎ、コンヤク、ニンニクの芽、にら
こ ん だ て	8(月)リクエスト給食☆ かぼちゃ てんぷら やさい いため シマナーそば☆ そばだし☆	9(火) ひじきシュウマイ ごはん ごもく ちゅうか いため わかめ スープ	10(水) カエリのごまがらめ ごはん いり 豆腐 とりにくと だいこんのしる	11(木) けんこくきねん 建国記念の日	12(金) 旧正月 さかなのシーカーサーソースかけ あわ ごはん すみそ あえ なかみじる
あか	牛乳、豚肉、かまぼこ、削り節、チキアギ、ツナ、卵、豚ガラ	牛乳、鶏肉、わかめ、豆腐、アサリ、鶏がら、削り節、豚肉、イカ、うずら卵、ひじきシュウマイ	牛乳、鶏肉、鶏ガラ、削り節、大豆、豆腐、たまご、ひじき、カエリ、ロースト大豆		牛乳、豚なかみ、豚肉、セイウ、ツナ、削り節、豚ガラ、みそ、あかうお
き	シマナーそば、大豆油、小麦粉	こめ、ごま油、大豆油、でん粉	こめ、大豆油、アーモンド、ごま、黒糖、さとう、水あめ		こめ、あわ、さとう、小麦粉、でん粉、大豆油
みどり	生姜、ねぎ、キャベツ、もやし、にんじん、玉ねぎ、からしな、かぼちゃ	大根、長ねぎ、白菜、玉ねぎ、にんじん、切干、たけのこ	大根、にんじん、島にんじん、小松菜、生姜、こんにやく、たまねぎ、枝豆		椎茸、こんにやく、ねぎ、しょうが、大根、キャベツ、きゅうり、人参、シーカー果汁
こ ん だ て	15(月) なつとう ごはん ひじきの ツナあえ ちくぜんに	16(火) やきぎょうざ ごはん ホイ コーロ はるさめ スープ	17(水) べにいもだんご ごはん せんぎり イリチー おきなわ みそしる	18(木) りんご チリ コンカン さけの クリームスープ コッペパン	19(金) 食育の日 ごもくあつやきたまご ごはん メンチ グワ もずくじる
あか	牛乳、とりにく、ちくわ、削り節、ひじき、ツナ、なつとう	牛乳、ハム、鶏ガラ、わかめ、ぶたにく、みそ、ぎょうざ	牛乳、豆腐、ポークラチオソート、みそ、削り節、豚肉、こんぶ、チキアギ	牛乳、鮭、脱脂粉乳、鶏がら、豚肉、ウナ、大豆、白花生、白インゲン豆、レッドキドニー、豚レバー、牛肉	牛乳、もずく、あさり、削り節、昆布、豚肉、厚揚げ、かまぼこ、厚焼きたまご
き	こめ、大豆油、さとう	こめ、はるさめ、大豆油、さとう、でん粉	こめ、じゃがいも、さとう、大豆油、紅いもだんご	コッペパン、麦、生クリーム、さとう、じゃが芋、マーガリン、大豆油、小麦粉	こめ、大豆油
みどり	大根、にんじん、ごぼう、レモン、レモン果汁、枝豆、コンヤク、椎茸、キャベツ、きゅうり	大根、もやし、コーン、キャベツ、パセリ、菜、にんじん、竹の子、ピーマン、長ねぎ	大根、にんじん、たまねぎ、パクチョイ、切干大根、こんにやく	白菜、玉ねぎ、にんじん、ピーマン、マッシュルーム、トマト缶、トマトペースト、りんご	冬瓜、小松菜、にんじん、生姜、大根、しいたけ、コンヤク、グリルピース
こ ん だ て	22(月) チーズ こくとう パン コロコロ サラダ ポトフ	23(火) てんのうたんじょうび 天皇誕生日 小さくても大きなパワー 大豆	24(水) ちくわの マヨネーズやき ごはん ごもくに すましじる	25(木) 備蓄米献立 メンチカツ たきこみ ごはん じゃこあえ	26(金) しそひじき ごはん きびなご のからあげ だいこんと とりにくの うまに
あか	牛乳、鶏肉、ベーコン、鶏ガラ、チーズ、ヒヨコ豆、マロファットピース、レッドキドニー		牛乳、わかめ、豆腐、アサリ、錦糸卵、昆布、チーズ、鶏肉、大豆、ヒツネ、竹輪、削り節、脱脂粉乳	牛乳、鶏肉、油揚げ、ひじき、削り節、チリメン、ちくわ、メンチカツ	牛乳、とりにく、厚揚げ、削り節、きびなご、ひじき
き	黒糖パン、じゃがいも、大豆油、さとう、さつまいも、エッグケアマヨネーズ		こめ、さとう、大豆油、マヨネーズ、生クリーム	アルファ化米、ごま油、ごま、さとう、大豆油	こめ、さとう、大豆油、ごま、小麦粉、でん粉、水あめ
みどり	玉ねぎ、大根、にんじん、きゅうり、ブロッコリー、マッシュルーム、枝豆、かぼちゃ		小松菜、えのきだけ、にんじん、大根、こんにやく、枝豆、しいたけ	にんじん、ごぼう、竹の子、枝豆、しいたけ、きゅうり、キャベツ、大根	大根、にんじん、玉ねぎ、れんこん、こんにやく、小松菜、ゆかり

2/25(木)は備蓄米を使った献立です

2月25日(木)の給食では、西原町の災害用備蓄米「アルファ化米」を、炊き込みご飯に使用します。アルファ化米は炊飯したり煮た米を急速に乾燥させたお米です。長期保存が可能で洗米・つけ置きが必要がなく簡単に調理できるという優れた利点があります。使われないまま期限が切れてしまわないうちにご家庭でも災害時用食品を上手に循環させて、食事に取り入れるようにすると良いですね!



中3リクエストメニュー 集計結果

☆あげパン★タコライス★ラーメン★沖縄そば☆

中学校3年生のみなさん、卒業も目前となりましたね。給食時間をふり返ると、様々な思い出があると思います。残りの中学校生活を大切に、楽しくすごしてくださいね。1月中にはリクエストメニューの中からラーメンとタコライスをだしました。2月にはあげパンと沖縄そばが出ますので、楽しみにしていてくださいね♪

