

# 2月予定献立表 (18回)

安中市立後閑小学校

令和 6年度

日	曜日	福	こんだてめい	食品のはたらき	食品のはたらき			1人分 [kcal]	たんぱく質 [g]	脂質 [g]	
					血や肉をつくるもの あか	力や体温となるもの きいろ	体の調子をよくするもの みどり				
3	月		コッペパン	①とりにくとやさいの クリームシチュー コールスローサラダ くろまめきなこクリーム	ぎゅうにゅう とりにく ベーコン	パン ベシャメルソース ばたー サラダゆ さとう くろまめきなこクリーム	にんじん たまねぎ はくさい コーン きゃべつ きゅうり	619	24.9	28.5	
4	火		ごはん	マーボー豆腐 さんしょくナムル	ぎゅうにゅう ぶたにく 豆腐 あぶらあげ	こめ さとう かたくりこ サラダゆ ごまあぶら ごま	にんじん <b>ねぎ</b> びーまん しょうが にんにく ほししいたけ もやし ちんげんさい	615	28.1	22.7	
5	水		しょうゆラーメン (パックめん)	さつまいもとだいずの あまからあげ カップヨーグルト	ぶたにく なると ぎゅうにゅう だいず あおのり ヨーグルト	ちゆかめん サラダゆ さつまいも かたくりこ さとう	にんじん もやし <b>ねぎ</b> はくさい にら コーン	637	27.6	19.5	
6	木		ごはん	ほっけのフライ うめタルソース はくさいのあさづけ みそしる	ジョア ほっけフライ たまご とうふ あぶらあげ わかめ	こめ サラダゆ マヨネーズ	たまねぎ <b>うめ</b> はくさい きゅうり にんじん だいこん <b>ねぎ</b>	611	21.8	19.5	
7	金		はつがげんまいいり ごはん	ごぼうのブラウンシチュー てっこつサラダ	ぎゅうにゅう ぶたにく だっしふんにゅう なまクリーム チーズ	はつがげんまい じゃがいも ハヤシルー サラダゆ さとう ごまあぶら ごま	ごぼう たまねぎ にんじん ばせり えりんぎ こまつな きりほしだいこん	622	20.8	23.4	
10	月		ナン	②キーマカレー ③ツナサラダ	ぎゅうにゅう ぶたにく だいず だっしふんにゅう かつおフレーク	ナン サラダゆ さとう	しょうが にんにく にんじん たまねぎ せろりー びーまん トマトみずに きゅうり きゃべつ れもんかじゅう	613	29.4	29.3	
12	水		くろパン	④ひじきスパゲッティ ⑤フルーツのクリームあえ	ぎゅうにゅう とりにく ひじき あぶらあげ さつまいも なまクリーム クリームチーズ	パン スパゲッティ さとう サラダゆ	にんじん びーまん パイン もも	670	23.5	24.1	
13	木		★キムタクごはん	さばカレーぎょうざ いなかじる	ぶたにく ぎゅうにゅう さばキョーザ なまあげ	こめ さとう ごまあぶら サラダゆ じゃがいも こんにゃく	にんにく <b>ねぎ</b> はくさいきむち にんじん だいこん ごぼう	646	22.4	23.5	
14	金		ごはん	ハンバーグの アップルソースかけ マカロニサラダ たまごとコーンの ちゅうかスープ カップゼリー	ぎゅうにゅう ハンバーグ たまご とうふ	こめ マカロニ マヨネーズ かたくりこ ゼリー	きゃべつ きゅうり にんじん にら コーン	638	22.3	21.9	
17	月		★ココアあげパン	ごまふうみの ワントンスープ チーズサラダ	ぎゅうにゅう ぶたにく チーズ	パン サラダゆ さとう ワントン ごま	にんじん <b>ねぎ</b> はくさい もやし にら にんにく しょうが きゃべつ こまつな	603	22.9	23.6	
18	火		ごはん	★とりにくのからあげ マーメイドソース アーモンドあえ なめこじる	ジョア とりにく とうふ	<b>こめ</b> かたくりこ サラダゆ さとう アーモンド	しょうが まーまれーどジャム もやし こまつな はくさい なめこ <b>ねぎ</b>	636	24.4	18.2	
19	水		ごもくにこみうどん こくとうロールパン	もちいなり きゅうりのラーゆづけ	とりにく ぎゅうにゅう	デミうどん パン もちいなり さとう ごまあぶら	だいこん にんじん <b>ねぎ</b> にら えのきたけ ほししいたけ きゅうり もやし	596	24.1	17.7	
20	木		チキンピラフ	★とりときのこの ドリアふう こまつなサラダ	とりにく ぎゅうにゅう ベーコン とりにく だっしふんにゅう なまクリーム かつおフレーク	こめ ばたー ベシャメルソース サラダゆ さとう	たまねぎ にんじん えだまめ ばせり しめじ マッシュルーム こまつな きゅうり きゃべつ れもんかじゅう	627	27.3	25.3	
21	金		ごはん	ごぼうのシャキシャキに ごまマヨネーズあえ	ぎゅうにゅう ぶたにく かまぼこ	こめ しらたき さとう ごまあぶら かたくりこ マヨネーズ ごま	ごぼう にんじん たまねぎ こまつな きゃべつ コーン	626	24.2	23.6	
25	火		むぎごはん	⑥★カルビスープ はるさめサラダ	ぎゅうにゅう ぶたにく たまご	<b>こめ</b> むぎ ごまあぶら さとう はるさめ ごま	はくさいきむち だいこん にんじん <b>ねぎ</b> にら しょうが にんにく ほししいたけ きゃべつ きゅうり	601	19.6	21.4	
26	水		④もりとうみの クリームスパゲッティ	アーモンドサラダ むしパン	えび いか ぎゅうにゅう なまクリーム	スパゲッティ サラダゆ ばたー ベシャメルソース アーモンド さとう こむぎこ	ばせり しめじ えりんぎ たまねぎ きゃべつ きゅうり にんじん	616	25.1	24.6	
27	木		ごはん	うめすきやきに くきわかめサラダ くだもの	ぎゅうにゅう ぶたもち やきとうふ くきわかめ サラダチキン	こめ しらたき さとう ごまあぶら	にんじん <b>ねぎ</b> はくさい えのきたけ <b>うめジャム</b> <b>うめびしお</b> きゅうり きゃべつ くだもの	562	24.3	17.3	
28	金		ごはん	②③ポークカレー きりほしだいこんと ひじきのサラダ	ぎゅうにゅう ぶたにく だっしふんにゅう ひじき	こめ じゃがいも カレールー サラダゆ さとう ごまあぶら	にんじん たまねぎ しょうが にんにく きりほしだいこん きゅうり	622	20.7	19.3	
								期間平均	620	24.1	22.4
								基準値	650	27.5	18.5

毎月19日は「いただきますの日」ゆたかな心と体をはぐくみます

- ※ 食材料購入の都合により献立内容に多少の変更が生ずる場合もあります。
- ※ 2月の給食費の引き落としは2月25日(火)です。ご入金には余裕をもってお願い致します。



2月・3月は  
みんなの“好きなメニュー”  
をたくさんとりいれました★  
○数字 は数字学年のNo1メニュー  
★は職員、  
◎は調理員 のリクエストです。  
3月も おたのしみに♪

**太字** は安中市内で  
栽培された食材です  
**ねぎ**は「上州ねぎ」です



# 2月予定献立表 (18回)

安中市立後閑小学校

令和 6年度

塩分 [g]
2.4
2.3
2.5
2.8
2.1
3.7
1.7
3.2
2.5
2.8
2.9
3.7
1.9
1.8
2.9
1.6
3.2
2.6
2.6
2.0