



日	主食	牛乳	おかず	たべものはたらき			ひとくちメモ	
				赤 ちやくやく ほねをつくる	黄 ねつやちから のもとになる	緑 からだのちょうし をととのえる		
9 (火)	ごはん		とりじる メンチカツ ナムル	(ぎゅうにゅう) とりにく こうやどうふ メンチカツ	ごはん あぶら いたふ ドレッシング	にんじん ほししいたけ はくさい ほうれんそう	ごはん ながねぎ こんにやく もやし	
10 (水)	ごはん		だいこんのみそしる さけこんぶしょうゆやき にくじゃが あじつけのり	(ぎゅうにゅう) みそ どうふ あぶらあげ さけこんぶしょうゆやき ぶたにく あじつけのり	ごはん じゃがいも さとう	にんじん だいこん しめじ たまねぎ こんにやく グリーンピース		*あじつけのりは学級から
11 (木)	すこやか ロール		コンソメスープ クリスピーチキン ゆでやさい	(ぎゅうにゅう) ベーコン クリスピーチキン	ミルクパン マカロニ ドレッシング	にんじん たまねぎ しょうが キャベツ きゅうり カリフラワー		ミルクパン→すこやかロール たまごサラダ→ゆでやさい
12 (金)	むぎごはん		ポークカレー はなやさいサラダ おいわいゼリー	(ぎゅうにゅう) ぶたにく	むぎごはん じゃがいも カレー おいわいゼリー ドレッシング	にんじん たまねぎ しょうが		ポークカレー (乳成分不使用)
15 (月)	ごはん		みそけんちんじる てりやきハンバーグ ツナサラダ	(ぎゅうにゅう) とうふ あぶらあげ てりやきハンバーグ ツナ	ごはん ごまあぶら ドレッシング	にんじん こんにやく ほししいたけ ほうれんそう たまねぎ	だいこん ごぼう ながねぎ キャベツ コーン	
16 (火)	ピラフ		ちゅうかスープ チキンカツ わふうサラダ	(ぎゅうにゅう) とうふ チキンカツ かまぼこ	ピラフ いたふ あぶら ドレッシング	にんじん ばんのうねぎ きゅうり グリーンピース	えのきだけ もやし コーン	たまごスープ→ちゅうかスープ
17 (水)	ごはん		せんべいじる いわしみぞれに こまつなのごまあえ なかつプリン	(ぎゅうにゅう) とりにく いわしみぞれに	ごはん おつゆせんべい なかつプリン ごま	にんじん はくさい こんにやく もやし	ごぼう ながねぎ こまつな	*プリン(乳・卵不使用)は学級から
18 (木)	ごはん		キャベツのみそしる とりのトマトに ごぼうブルコギ	(ぎゅうにゅう) みそ とりのトマトに ぶたにく	ごはん あぶら ごまあぶら さとう ごま	にんじん ごぼう こんにやく キャベツ ほししいたけ パプリカ		ハムチーズピカタ→とりのトマトに
19 (金)	ちゅうか めん		みそラーメン ショーロンポー (小1ヶ、中2ヶ) フロッキーサラダ ミルクコーヒー(中のみ)	(ぎゅうにゅう) ぶたにく みそ なると ショーロンポー ほくしチキン	ちゅうかめん ごまドレッシング (ミルクコーヒー)	にんじん きくらげ キャベツ メンマ もやし ばんのうねぎ フロッキー		*ミルクは小学校にはつきません
22 (月)	ごはん		こんさいじる とりのねぎしおやき ツナとひじきのサラダ	(ぎゅうにゅう) ぶたにく あぶらあげ とりのねぎしおやき ツナ ひじき	ごはん なかつプリン かたくりこ ドレッシング ごま	にんじん ほししいたけ きゅうり コーン	だいこん ながねぎ パプリカ	
23 (火)	ごはん		すきやきに アピオスコロッケ なのはなサラダ	(ぎゅうにゅう) ぶたにく とうふ ハム	ごはん あぶら アピオスコロッケ あぶら ドレッシング	にんじん えのきだけ こんにやく なのはな もやし コーン	はくさい こんにやく なのはな コーン	
24 (水)	ごはん		とうふのみそしる さばみそに ぶたハラだいこん とうにゅうパンナコッタ	(ぎゅうにゅう) とうふ みそ わかめ さばみそに ぶたにく	ごはん ごまあぶら さとう とうにゅうパンナコッタ かたくりこ	にんじん えのきだけ こんにやく えだまめ	ながねぎ だいこん しょうが	*パンナコッタは学級から
25 (木)	すこやか ロール		わかめとコーンのスープ にくだんご (1・2年1ヶ、3年~2ヶ) グリーンサラダ	(ぎゅうにゅう) ハム わかめ にくだんご ツナ	まめパン かたくりこ ドレッシング	にんじん コーン レタス	ばんのうねぎ きゅうり フロッキー	ちゅうかコーンスープ→わかめとコーンの スープ 豆パン→すこやかロール黒糖
26 (金)	むぎごはん		チキンカレー フルーツゼリー	(ぎゅうにゅう) とりにく	むぎごはん じゃがいも カレー ゼリー	にんじん たまねぎ しょうが みかん はくどう		チキンカレー (乳成分不使用)
30 (火)	ごはん		ワンタンスープ シューマイ ガバオ	(ぎゅうにゅう) ぶたひきにく とりにく だいざみート ベーコン	ごはん ワンタン	にんじん ながねぎ はくさい しめじ しょうが たけのこ パプリカ	えだまめ	めだまやき→シューマイ



給食はじまります!



主食の曜日(隔週で麺・パンがあります)

	月	火	水	木	金
第1・3週	ごはん 	ごはん 	ごはん 	ごはん 	めん 
第2・4週	ごはん 	ごはん 	ごはん 	パン 	ごはん 

お知らせ



- ★ごはんは「まっしぐら」をセンターで炊いています。
- ★地産地消に取り組んでいます。
- ★献立および使用食材は都合により変更する場合があります。
- ★給食を食べる前に手をきれいに洗いましょう。
- ★毎日「はし」をきれいに洗って持ってきましょう。
- ★献立表にスプーンマークがついている時はスプーンも忘れずにもってきましょう。
- ★残った給食は持ち帰らないようにしましょう。



このQRコードを読み込むと給食センターのサイトにアクセスでき、献立表やアレルギー詳細献立を確認することができます

<2月の給食残食量>

●毎日の残食量を計っています

1日に残るご飯  
平均31.1kg  
(1人あたり 14.8g)

1日に残るおかず  
平均103.9kg  
(1人あたり 45.9g)

\*汁や牛乳も含んだ量です



おいらせ町の給食は無料化事業を実施しており、町民の税金で賄われています。

【給食材料費 1食あたり】 小学校 275円  
中学校 320円

うらにも「給食だより」があります。見てね!