



令和6年度2月献立表

日	献立名	料理別 エネルギー	原材料	段階食	中・高 小 エネルギー たんぱく質 脂質
3月	【節分の献立】				611 kcal
	大豆ごはん	309(247) kcal	金賞健康米、蒸し大豆、にんじん、薄揚げ、淡口しょうゆ、みりん、清酒、三温糖、食塩、なたね油	おかゆ 大豆ごはんの具	526 kcal
	いわしのつみれ汁	89(71) kcal	イワシ小粒だんご、だいこん、白ねぎ、しょうが、はくさい、こんぶ、かつお節、麦みそ、水	いわしのつみれ汁	21.5 g
	ほうれん草のなめたけ和え	27(22) kcal	ほうれん草、にんじん、りょくとうもやし、なめ茸、濃口しょうゆ	ほうれん草のなめたけ和え	14.6 g
	たまごボーロ 牛乳	60 kcal 126 kcal	1個 1本	たまごボーロ 牛乳	
4火	コッペパン	276(184) kcal	1個(小学部:小、中学部・高等部:大)	パン粥	700 kcal
	さつま芋の米粉シチュー	205(164) kcal	ウインナー、さつまいも、にんじん、玉葱、マッシュルーム水煮、なたね油、いんげん豆ペースト、上新粉、有塩バター、牛乳、コンソメ、鳥がらだし、食塩、こしょう、脱脂粉乳、水	さつま芋の米粉シチュー	548 kcal
	お揚げのサラダ 牛乳	93(74) kcal 126 kcal	1本 1本	お揚げのサラダ 牛乳	25.2 g 28.6 g
	豚丼 春雨スープ 牛乳	451(361) kcal 55(44) kcal 126 kcal	金賞健康米、豚もも肉、しょうが、なたね油、玉葱、にんじん、干し椎茸、濃口しょうゆ、清酒、三温糖、かたくり粉、水 緑豆はるさめ、キャベツ、にんじん、チンゲンサイ、きくらげ、鳥がらだし、固形中華スープ、淡口しょうゆ、みりん、ごま油、かたくり粉、食塩、こしょう、水 1本	おかゆ 豚丼の具 春雨スープ 牛乳	632 kcal 531 kcal 22.4 g 15.1 g
6木	【愛知県の献立】				708 kcal
	ごはん	309(247) kcal	金賞健康米	おかゆ	591 kcal
	ひきずり(愛知県)	174(139) kcal	鶏もも肉、清酒、食塩、なたね油、はくさい、白ねぎ、糸こんにやく、干し椎茸、焼き豆腐、おつゆふ、三温糖、濃口しょうゆ、水	ひきずり(愛知県)	27.0 g
	きゅうりのツナ和え 手作り昆布ふりかけ 牛乳	58(46) kcal 41(33) kcal 126 kcal	きゅうり、りょくとうもやし、にんじん、カットわかめ、ツナ油漬け、食塩、こしょう、淡口しょうゆ、りんご酢、三温糖 しらす、かつお節、塩こんぶ、りんご酢、ごま、みりん、濃口しょうゆ、三温糖、清酒 1本	きゅうりのツナ和え 手作り昆布ふりかけ 牛乳	20.8 g 20.8 g 22.4 g
	ごはん 鮭のしょうゆ焼き 小松菜の煮びたし 牛乳	309(247) kcal 135 kcal 168(134) kcal 126 kcal	金賞健康米 鮭、食塩、清酒、しょうが、濃口しょうゆ、三温糖、みりん、かたくり粉、水 こまつな、厚揚げ、さいとも、にんじん、ぶなしめじ、こんぶ、かつお節、みりん、三温糖、食塩、淡口しょうゆ、水 1本	おかゆ 鮭のしょうゆ焼き 小松菜の煮びたし 牛乳	738 kcal 642 kcal 34.0 g 24.4 g
10月	コッペパン	276(184) kcal	1個(小学部:小、中学部・高等部:大)	パン粥	687 kcal
	豚肉のBBQソース カレー風味スープ 牛乳	181(145) kcal 104(83) kcal 126 kcal	豚もも肉、玉葱、なたね油、食塩、こしょう、しょうが、りんごピュール、ケチャップ、ウスターソース、黒砂糖、りんご酢 玉葱、にんじん、ブロッコリー、さつまいも、オリーブ油、コンソメ、鳥がらだし、淡口しょうゆ、みりん、カレー粉、カレールーウ、食塩、こしょう、水 1本	豚肉のBBQソース カレー風味スープ 牛乳	538 kcal 31.7 g 27.0 g
	ごはん 鱈の西京焼き 高野豆腐のうま煮 牛乳	309(247) kcal 122 kcal 153(122) kcal 126 kcal	金賞健康米 さわら、食塩、白みそ、みりん、清酒 高野豆腐、厚揚げ、にんじん、だいこん、たけのこ水煮、三度豆、みりん、中ざら糖、濃口しょうゆ、こんぶ、かつお節、水 1本	おかゆ 鱈の西京焼き 高野豆腐のうま煮 牛乳	710 kcal 617 kcal 34.7 g 22.0 g
13木	ごはん 豚肉の生姜焼き じゃがいものみそ汁 牛乳	309(247) kcal 152(122) kcal 75(60) kcal 126 kcal	金賞健康米 豚もも肉、玉葱、なたね油、しょうが、清酒、濃口しょうゆ、三温糖、みりん じゃがいも、にんじん、青ねぎ、こんぶ、かつお節、麦みそ、水 1本	おかゆ 豚肉の生姜焼き じゃがいものみそ汁 牛乳	662 kcal 555 kcal 29.2 g 17.2 g
	【バレンタインの献立】				688 kcal
	アシドミルク コッペパン 鶏のマスタード焼き 冬野菜スープ カルシウムと鉄分がとれるおいしいプリン	111 kcal 276(184) kcal 171 kcal 56(45) kcal 74 kcal	1本 1個(小学部:小、中学部・高等部:大) 鶏もも肉、食塩、こしょう、にんにく、濃口しょうゆ、はちみつ、マスタード さつまいも、かぶ、白ねぎ、にんじん、ブロッコリー、ぶなしめじ、オリーブ油、コンソメ、鳥がらだし、みりん、淡口しょうゆ、食塩、こしょう、水 1個	アシドミルク パン粥 鶏のマスタード焼き 冬野菜スープ カルシウムと鉄分がとれるおいしいプリン	585 kcal 29.0 g 21.5 g 21.5 g

	献立名	料理別 エネルギー	原材料	段階食	中・高 エネルギー 小 エネルギー たんぱく質 脂質
17月	【中国の献立】				
	ごはん	309(247) kcal	金賞健康米	おかゆ	719 kcal
	家常豆腐	197(158) kcal	豚もも肉、にんにく、しょうが、清酒、食塩、こしょう、なたね油、厚揚げ、にんじん、玉葱、たけのこ水煮、白ねぎ、にら、濃口しょうゆ、三温糖、テンメンジャン、鳥がらだし、固形中華スープ、ごま油、かたくり粉、水	家常豆腐	601 kcal
	パンサンスー	87(70) kcal	緑豆はるさめ、ハム、きゅうり、にんじん、りよくとうもやし、ごま、りんご酢、三温糖、淡口しょうゆ、ごま油、からし	パンサンスー	24.6 g
牛乳	126 kcal	1本	牛乳	22.1 g	
18火	ごはん	309(247) kcal	金賞健康米	おかゆ	700 kcal
	鯖の酢煮	165 kcal	さば、にんにく、しょうが、白ねぎ、中ざら糖、濃口しょうゆ、清酒、りんご酢、こんぶ、水	鯖の酢煮	618 kcal
	豚汁	100(80) kcal	豚もも肉、だいこん、にんじん、玉葱、板こんにやく、なたね油、こんぶ、かつお節、麦みそ、水	豚汁	30.0 g
	牛乳	126 kcal	1本	牛乳	21.7 g
19水	まいたけごはん	323(258) kcal	金賞健康米、薄揚げ、にんじん、まいたけ、食塩、淡口しょうゆ、みりん、なたね油	おかゆ まいたけごはんの具	677 kcal
	豚肉きんぴら炒め	148(118) kcal	豚もも肉、ごぼう、つきこんにやく、にんじん、食塩、こしょう、ごま油、濃口しょうゆ、三温糖、清酒、みりん、ごま	豚肉きんぴら炒め	566 kcal
	五目汁	80(64) kcal	はくさい、にんじん、だいこん、白ねぎ、スクールちくわ、薄揚げ、こんぶ、かつお節、みりん、淡口しょうゆ、食塩、かたくり粉、水	五目汁	26.2 g
	牛乳	126 kcal	1本	牛乳	18.5 g
20木	コッペパン	184 kcal	小1個	パン粥	670 kcal
	イタリアンスパゲティ	217(174) kcal	スパゲッティ・マカロニ、にんじん、玉葱、赤ピーマン、青ピーマン、スイートコーン水煮、マッシュルーム水煮、ケチャップ、トマトピューレ、濃厚ソース、コンソメ、オリーブ油	イタリアンスパゲティ	598 kcal
	ウイナースープ	143(114) kcal	ウイナー、キャベツ、にんじん、玉葱、さつまいも、セロリー、コンソメ、鳥がらだし、食塩、こしょう、淡口しょうゆ、みりん、水	ウイナースープ	23.3 g
	牛乳	126 kcal	1本	牛乳	21.8 g
21金	ごはん	309(247) kcal	金賞健康米	おかゆ	692 kcal
	鶏と里芋のみそ煮	175(140) kcal	鶏もも肉、清酒、食塩、なたね油、さといも、にんじん、厚揚げ、板こんにやく、干し椎茸、こんぶ、かつお節、淡口しょうゆ、三温糖、麦みそ、白みそ、かたくり粉、水	鶏と里芋のみそ煮	579 kcal
	切干大根の和えもの	82(66) kcal	切干しだいこん、にんじん、きゅうり、キャベツ、ツナ油漬け、濃口しょうゆ、三温糖、りんご酢	切干大根の和えもの	24.1 g
	牛乳	126 kcal	1本	牛乳	19.8 g
25火	とりそぼろごはん	405(324) kcal	金賞健康米、鶏ひき肉、しょうが、玉葱、三温糖、濃口しょうゆ、清酒、なたね油	おかゆ とりそぼろごはんの具	652 kcal
	のっぺい汁	75 kcal	さといも、板こんにやく、にんじん、ごぼう、薄揚げ、こんぶ、かつお節、みりん、淡口しょうゆ、食塩、かたくり粉、水	のっぺい汁	571 kcal
	小松菜のじゃこ和え	46 kcal	こまつな、にんじん、りよくとうもやし、しらす、淡口しょうゆ、三温糖、りんご酢、ごま油	小松菜のじゃこ和え	24.5 g
	牛乳	126 kcal	1本	牛乳	15.2 g
26水	コッペパン	276(184) kcal	1個(小学部:小、中学部・高等部:大)	パン粥	633 kcal
	タラのケチャップみそがけ	129 kcal	まだら、食塩、こしょう、かたくり粉、なたね油、ケチャップ、赤だしみそ、みりん、三温糖、水	タラのケチャップみそがけ	525 kcal
	ミートボールポトフ	81(65) kcal	ポークチキンミートボール、じゃがいも、にんじん、白ねぎ、セロリー、コンソメ、鳥がらだし、みりん、淡口しょうゆ、食塩、こしょう、水	ミートボールポトフ	29.4 g
	あんずジャム	21 kcal	1個	あんずジャム	21.5 g
牛乳	126 kcal	1本	牛乳		
27木	ごはん	309(247) kcal	金賞健康米	おかゆ	670 kcal
	豚キムチ炒め	150(120) kcal	豚もも肉、しょうが、清酒、食塩、こしょう、なたね油、白菜キムチ、玉葱、にんじん、にら、りよくとうもやし、濃口しょうゆ、三温糖、ごま油	豚キムチ炒め	561 kcal
	中華スープ	85(68) kcal	りよくとうもやし、玉葱、にんじん、にら、厚揚げ、鳥がらだし、固形中華スープ、淡口しょうゆ、みりん、ごま油、かたくり粉、食塩、こしょう、水	中華スープ	25.1 g
	牛乳	126 kcal	1本	牛乳	21.3 g
28金	【トラピカ中3お楽しみ献立】				836 kcal
	アップルジュース	90 kcal	1本	アップルジュース	701 kcal
	ほうれん草カレー	502(402) kcal	金賞健康米、豚ひき肉、食塩、こしょう、ワイン風調味料(赤)、なたね油、ほうれん草、玉葱、にんじん、じゃがいも、トマト水煮、カレールウ、カレー粉、ウスターソース、鳥がらだし、りんごピューレ、水	おかゆ ほうれん草カレールウ	28.0 g
	ママレードチキン	175(140) kcal	鶏もも肉、食塩、こしょう、しょうが、ワイン風調味料(白)、濃口しょうゆ、ママレード、三温糖、りんご酢、みりん、かたくり粉、水	ママレードチキン	24.2 g
	コアコアいちご	69 kcal	1個	コアコアいちご	