



がっこうきゅうしょく よてい こんだてひょう 学校給食予定献立表

令和5年度 2月
牧之原市学校給食センター

日	こんだて	使われている主な材料とはたらき				エネルギー (kcal) たんぱく質(g) 食塩(g)	お知らせ
		赤	緑	黄	調味料等		
		おもに体を作るもと	おもに体の調子を整えるもと	おもにエネルギーのもと			
1 木	わかめごはん	わかめ		<u>こめ</u> さとう	塩	503 19.7 1.7	節分献立 
	いわしの ^{うめに} 梅煮	いわし	うめ	さとう でんぷん	しょうゆ みりん 塩		
	れんこんサラダ		れんこん きゅうり にんじん	さとう	ごまドレッシング しょうゆ 酒 みりん		
	さつまいものみそ汁 ^{しる}	<u>とうふ</u> みそ <u>あぶらあげ</u>	<u>だいこん</u> <u>ねぎ</u>	<u>さつまいも</u>	<u>かつお節</u> <u>さば節</u>		
	せつぶんまめ 節分豆	だいず					
2 金	むぎ 麦ごはん			<u>こめ</u> むぎ		460 18.4 1.4	ワールドランチ【フィリピン】  
	アドボ	<u>とりにく</u>	にんにく	あぶら	しょうゆ 酢 ローレル こしょう		
	カラフルサラダ		<u>キャベツ</u> きゅうり パプリカ		イタリアンドレッシング		
	シニガン	<u>ぶたにく</u>	たまねぎ <u>だいこん</u> トマト レモン にんにく	<u>さといも</u> でんぷん	ガラスープ ワイン 酢 スープストック コンソメ しょうゆ 塩		
	パイナップル		パイナップル				
5 月	ナン			<u>ナン</u>		479 19.7 1.9	
	だいず い 大豆ミート入りキーマカレー	<u>とりにく</u> <u>ぶたにく</u> チーズ だいずミート	たまねぎ にんじん <u>セロリ</u> りんご しょうが にんにく	あぶら	カレールウ ケチャップ ガラスープ 塩 ワイン ソース <u>フィッシュカルシウム</u>		
	じゃがまるくん	<u>ぶたにく</u>		じゃがいも バター あぶら	しょうゆ こしょう		
	ほうれん草 ^{そう} のサラダ		ほうれん草 <u>キャベツ</u> と うもろこし たまねぎ	オリーブオイル さとう	酢 塩 こしょう		
6 火	あ 揚げパン	きなこ		パン あぶら さとう	塩	504 22.0 2.0	
	ハンバーグ	とりにく ぶたにく	たまねぎ トマト にんにく しょうが	さとう	ケチャップ ソース ワイン 塩		
	フレンチサラダ		<u>キャベツ</u> きゅうり とうもろこし にんじん たまねぎ	オリーブオイル さとう	酢 塩 こしょう		
	しょうが ^い 入りぽかぽかスープ	<u>とりにく</u>	<u>はくさい</u> たまねぎ <u>チンゲンサイ</u> えのき にんじん しょうが	でんぷん	ガラスープ スープストック ワイン コンソメ しょうゆ 塩		

※献立内容は、都合により変更になる場合があります。

※材料は主原料のみ記載しています。食物アレルギー等で詳細を知りたい方は、給食センター(52-3184)まで御連絡ください。

※太字は、静岡県産(牧之原市産含む)の食品です。



がっこうきゅうしょく よてい こんだてひょう 学校給食予定献立表

令和5年度 2月
牧之原市学校給食センター

日	こんだて		使われている主な材料とはたらき				エネルギー (kcal) たんぱく質(g) 食塩(g)	お知らせ
			赤	緑	黄	調味料等		
			おもに体を作るもと	おもに体の調子を整えるもと	おもにエネルギーのもと			
7 水		うどん			うどん		497 22.4 2.0	
		ごもく 五目うどんのつゆ	ぶたにく かまぼこ あぶらあげ	だいこん にんじん ねぎ しいたけ		しょうゆ みりん 酒 塩 フィッシュカルシウム かつお節 さば節		
		ちくわのてんぷら	ちくわ あおさ	ちや	こむぎこ あぶら でんぶん	カレー粉		
		ブロッコリーサラダ		キャベツ ブロッコリー とうもろこし		和風ドレッシング		
		てづく 手作りプリン	ぎゅうにゅう かいそう		さとう	塩		
8 木		むぎ 麦ごはん			こめ むぎ		508 20.3 1.4	 小学3・4年の食塩が2g未満の日
		さわら 鯖のみそマヨネーズ焼き	さわら みそ	パセリ	ノンエッグマヨネーズ パンこ	酒		
		きりぼしだいこん 切干大根の煮物	さつまあげ	にんじん きりぼしだいこん さやいんげん	あぶら さとう	しょうゆ 酒 みりん		
		のっぺい汁	あぶらあげ	だいこん こんにやく しいたけ にんじん ねぎ	さといも でんぶん ごまあぶら	しょうゆ 酒 塩 みりん かつお節 昆布		
		りんご		りんご				
9 金	 給食なし 							
12 月	 振替休日 							
13 火	 給食なし 							
14 水		こくとう 黒糖パン			パン こくとう		528 18.1 1.9	
		オムレツ	たまご		でんぶん さとう あぶら	ケチャップ 塩 酢		
		もやしのカレーソテー	ベーコン	もやし キャベツ にんじん	あぶら	ワイン 塩 カレー粉 こしょう		
		やさしい 野菜と肉団子のスープ	とりにく ぶたにく	チンゲンサイ たまねぎ にんじん しめじ しょうが ブルーン	じゃがいも パンこ でんぶん あぶら	ガラスープ スープストック コンソメ しょうゆ 塩 かつおぶし こしょう		
		チョコタルト	たまご ぎゅうにゅう		こむぎこ マーガリン さとう チョコレート あぶら アーモンド	ココア 塩		



がっこうきゅうしょくよていこんだてひょう 学校給食予定献立表

令和5年度 2月
牧之原市学校給食センター

日	こんだて	使われている主な材料とはたらき				エネルギー (kcal) たんぱく質(g) 食塩(g)	お知らせ
		赤		黄	調味料等		
		おもに体を作るもと	おもに体の調子を整えるもと	おもにエネルギーのもと			
15 木	 お茶ごはん		ちや	こめ	酒 塩	478 18.4 1.5	ふじっぴー 給食  
	さばの竜田揚げ油淋鶏ソース	さば	ねぎ しょうが にんにく	あぶら でんぷん さとう ごまあぶら	酢 しょうゆ		
	おかかあえ	かつおぶし	もやし チンゲンサイ にんじん		しょうゆ		
	レタスのみそ汁	とうふ みそ	レタス だいこん にんじん		かつお節 さば節		
16 金	 麦ごはん			こめ むぎ		502 19.0 1.6	
	あげぎょうざ	とりにく ぶたにく	キャベツ たまねぎ にら	こむぎこ あぶら でんぷん こめこ さとう	塩 酒 オイスターソース しょうゆ		
	はるさめ 春雨サラダ		もやし きゅうり にんじん	はるさめ ごま さとう ごまあぶら	しょうゆ 酢		
	まーぼー豆腐 麻婆豆腐	とうふ ひきにく みそ	たまねぎ にんじん たけのこ ねぎ にら しいたけ しょうが にんにく	でんぷん さとう ごまあぶら	しょうゆ オイスターソース 酒 豆板醤 フィッシュカルシウム		
19 月	 背割りパン			パン		453 19.4 2.0	
	かますフライ	かます		あぶら パンこ こむぎこ	ソース 塩		
	や 焼きそば入り野菜ソテー	ぶたにく	キャベツ たまねぎ にんじん もやし チンゲンサイ	ちゅうかめん あぶら	やきそばソース 塩 こしょう		
	ミネストローネ	だいず ぶたにく	たまねぎ トマト にんじん セロリ にんにく	じゃがいも さとう オリーブオイル	ケチャップ コンソメ スープストック 塩 こしょう		
	でこぼん		でこぼん				
20 火	 給食なし 						
21 水	 ソフトめん			ソフトめん		507 21.2 1.8	
	ミートソース	ぶたにく チーズ	たまねぎ にんじん にんにく トマト	あぶら さとう	ケチャップ ハヤシルウ ソース ワイン フィッシュカルシウム 塩 こしょう		
	あお 青のりビーンズポテト	だいず あおさ		じゃがいも あぶら でんぷん	塩 こしょう		
	きのこサラダ		キャベツ きゅうり えのき しめじ とうもろこし たまねぎ	あぶら さとう	しょうゆ 酢		
22 木	 麦ごはん			こめ むぎ		555 20.8 1.5	日本 味めぐり 【北海道】 
	ザンギ(鶏肉のから揚げ)	とりにく	しょうが にんにく	あぶら でんぷん こむぎこ	酒 しょうゆ 塩		
	きざ 刻みこんぶの炒め煮	さつまあげ こんぶ	にんじん さやいんげん	さとう	しょうゆ みりん		
	どさんこ汁	ぶたにく みそ	たまねぎ にんじん とうもろこし ねぎ しょうが にんにく	じゃがいも バター	かつお節 さば節		
	りんご		りんご				



がっこうきゅうしょくよていこんだてひょう 学校給食予定献立表

令和5年度 2月
牧之原市学校給食センター

日	こんだて	使われている主な材料とはたらき				エネルギー (kcal) たんぱく質(g) 食塩(g)	お知らせ
		赤	緑	黄	調味料等		
		おもに体を作るもと	おもに体の調子を整えるもと	おもにエネルギーのもと			
23金	てんのうたんじょうび 天皇誕生日						
26月	むぎ 麦ごはん			こめ むぎ		499 21.2 1.3	
	あつやきたまご	たまご		さとう あぶら でんぶん	酢 みりん かつおだし しょうゆ 塩 昆布		
	あか 赤じそあえ		キャベツ きゅうり あかじそ		塩		
	にくどうふ 肉豆腐	とうふ ぶたにく みそ	たまねぎ にんじん こんにやく ねぎ えのき	さとう あぶら ごまあぶら	しょうゆ 酒 みりん 和風だし フィッシュカルシウム かつお節		
27火	むぎ 麦ごはん			こめ むぎ		480 19.8 1.4	
	かつお 鰹とごぼうのうま煮	かつお	ごぼうこんにやく にんじん さやいんげん しょうが	あぶら でんぶん さとう ごまあぶら	しょうゆ 酒 みりん		
	きゅうりと大根のひたひた	かつおぶし	だいこん きゅうり	さとう ごまあぶら	しょうゆ 酢 とうがらし		
	じゃがいもだんごのみそ汁	とりにく みそ	たまねぎ にんじん えのき ねぎ	じゃがいもだんご	かつお節 さば節		
	いよかん		いよかん				
28水	マーガリンパン			パン マーガリン		501 20.5 1.9	相良小 6-2 森田有空 さん 作成献立
	チキンのハーブ焼き	とりにく	にんにく パセリ	オリーブオイル	しょうゆ ワイン 塩 バジル オレガノ こしょう		
	コールスローサラダ		キャベツ きゅうり パプリカ		コールスロードレッシング		
	コーンポタージュ	ぎゅうにゅう とうにゅう	とうもろこし たまねぎ にんじん パセリ	バター	ベシヤメルソース ガラスープ 塩 スープレーストック こしょう		
29木	きゅうしょく 給食なし						

※献立内容は、都合により変更になる場合があります。

※材料は主原料のみ記載しています。食物アレルギー等で詳細を知りたい方は、給食センター(52-3184)まで御連絡ください。

※太字は、静岡県産(牧之原市産含む)の食品です。

2/15は
「ふじっぴー給食」
です



今年のテーマ食品は静岡県でとれる5つのコレ！

「チンゲンサイ」



「レタス」



「お茶」



「かつお」



「さば」



どこに
入っているか
わかるかな？



動画も見てね～

かつお

チンゲンサイ



ほかにも、もやし、お米など静岡県でとれた食べ物がいっぱい！お楽しみに～☆