



2023年

きゅうしよく こんだて表2月



清須市学校給食センター

日	曜	献立名	主な材料とその働き					
			体をつくるものとなる		体の調子を整えるものとなる		エネルギーのもととなる	
			1群 魚・肉・卵・大豆・大豆製品	2群 牛乳・乳製品・小魚・海藻	3群 緑黄色野菜	4群 その他の野菜・果物・きのこ	5群 ごはん・パン・めん・いも・砂糖	6群 油脂・種実
1	水	ごはん 牛乳 マーボー豆腐 春巻き パンパンジーサラダ	豚肉 豆腐 みそ 豚肉 鶏ささみ油漬け	牛乳	にんじん にはら	たまねぎ たけのこ ねぎ しょうが にんにく キャベツ もやし エリンギ キャベツ きゅうり	ごはん さとう でんぷん こむぎこ さとう ドレッシング	あぶら ごまあぶら あぶら ごまあぶら ドレッシング
②	木	④ クロスロールパン 牛乳 ハンバーグ ハンバーグ グリーンサラダ コンソメスープ	鶏肉	牛乳	ブロッコリー にんじん パセリ	たまねぎ きゅうり キャベツ とうもろこし たまねぎ ぶなしめじ	パン さとう じゃがいも	あぶら ドレッシング
③	金	ごはん 牛乳 いわしのすだちおろし煮 おかかあえ ⑧ かきたま汁 節分豆	いわし かつおぶし かまぼこ 鶏卵 大豆	牛乳	にんじん こまつな みつば	だいこん すだち もやし はくさい しいたけ えのきたけ	ごはん さとう さとう でんぷん	
6	月	中華めん 牛乳 とんこつラーメン コーンしゅうまい 中華風サラダ	豚肉 豚肉 鶏肉 まぐろ油漬け	牛乳	にんじん チンゲンサイ	たまねぎ もやし たけのこ とうもろこし たまねぎ キャベツ キャベツ きゅうり	中華めん でんぷん さとう こむぎこ さとう	ごまあぶら
7	火	ごはん 牛乳 ツナごはん 新香あえ 白みそ汁	まぐろ油漬け わかめ 油揚げ みそ	牛乳		たまねぎ しょうが グリンピース キャベツ だいこん漬け たまねぎ ねぎ	ごはん さとう じゃがいも	ごま
8	水	ごはん 牛乳 いかフライ 和風サラダ 沢煮わん	いか わかめ 豚肉	牛乳	にんじん みつば	キャベツ きゅうり とうもろこし わらび みずなめこ えのきたけ たけのこ だいこん しいたけ	ごはん パンこ こむぎこ さとう	あぶら ドレッシング
9	木	ごはん 牛乳 肉団子 青菜あえ きつね汁	鶏肉 油揚げ 豆腐	牛乳	にんじん ひろしな きゅうな だいこんば にんじん	ごぼう たまねぎ キャベツ ねぎ キャベツ もやし だいこん はくさい ねぎ	ごはん パンこ さとう さとう	あぶら ごま
10	金	ごはん 牛乳 ドライカレー ジャーマンポテト フルーツジュレ	豚肉 ウインナー	牛乳	にんじん トマト パセリ	たまねぎ マッシュルーム とうもろこし みかん バイン 黄桃	ごはん じゃがいも ライチジュレ アセロラジュレ	あぶら
13	月	ごはん 牛乳 キャベツ入り平つくね 切り干し大根のあえもの 豚汁	鶏肉 豚肉 油揚げ みそ 豆腐	牛乳	にんじん	キャベツ 切り干しだいこん きゅうり こんにゃく ごぼう だいこん ぶなしめじ ねぎ	ごはん さとう さとう	あぶら ごま
⑭	火	④ ミルクロールパン 牛乳 ④ セレクトパン 牛乳 ポークビーンズ 花野菜のサラダ ④ もものヨーグルト(みかんゼリー)	豚肉 大豆 ハム	牛乳 牛乳 牛乳	にんじん トマト ブロッコリー	たまねぎ グリンピース カリフラワー とうもろこし	パン パン じゃがいも さとう	ドレッシング
⑮	水	ごはん 牛乳 ⑧ 厚焼き卵(サラダステーキ) 関東煮 浅漬け	鶏卵 豚肉 厚揚げ ちくわ	牛乳	にんじん	こんにゃく だいこん はくさい きゅうり もやし	ごはん さとう さとう	あぶら
⑯	木	④ セレクトパン 牛乳 ④ ミルクロールパン 牛乳 ④ コーンクリームスープ ツナサラダ ④ マスカットゼリー ④ スイートポテト	鶏肉 まぐろ油漬け	牛乳 牛乳 牛乳	にんじん パセリ	たまねぎ とうもろこし キャベツ きゅうり	パン パン マスカットゼリー スイートポテト	ドレッシング
17	金	ごはん 牛乳 かつおのおかか煮 食育の日 ほうれんそうのおひたし みそ汁	かつお かつおぶし 豆腐 油揚げ みそ	牛乳	ほうれんそう	もやし はくさい だいこん えのきたけ ねぎ	ごはん さとう さとう	
20	月	ごはん 牛乳 ささみカツ きんぴられんこん あわせみそ汁	鶏肉 豚肉 はんぺん 油揚げ 豆腐 みそ	牛乳	にんじん さやいんげん こまつな	こんにゃく れんこん だいこん	ごはん じゃがいも こめこ さとう さとう	あぶら ごま ごまあぶら
21	火	ごはん 牛乳 さばの銀紙焼き 菜の花あえ 鶏だんご汁 鶏だんご	さば みそ 鶏肉	牛乳	なばな	キャベツ とうもろこし だいこん たまねぎ えのきたけ ねぎ たまねぎ	ごはん さとう さとう	
⑳	水	ごはん 牛乳 ⑧ 親子丼 昆布あえ なめこ汁	鶏肉 鶏卵 豆腐 みそ	牛乳	みつば	たまねぎ キャベツ きゅうり なめこ だいこん ねぎ	ごはん さとう	
24	金	ごはん 牛乳 揚げぎょうざ もやしのナムル ワンタンスープ	豚肉 鶏肉	牛乳	にら チンゲンサイ にんじん にら	キャベツ たまねぎ にんにく もやし はくさい しいたけ	ごはん パンこ こむぎこ さとう	あぶら ごまあぶら
27	月	ごはん 牛乳 メバルの冬がすみ漬け しそひじきあえ しそ味ひじき 吉野汁	メバル 鶏肉 豆腐 かまぼこ	牛乳	こまつな	キャベツ もやし しその実 はくさい だいこん ねぎ	ごはん さとう	あぶら
28	火	ごはん 牛乳 愛知のれんこん入りつくね ごまあえ どさんこ汁	鶏肉 豚肉 みそ 豆腐	牛乳	ほうれんそう にんじん	れんこん たまねぎ もやし はくさい とうもろこし ねぎ	ごはん さとう さとう	あぶら ごま

☆☆☆ 食育の日は17日に実施します ☆☆☆

今月は、清須市産の「ほうれんそう」を使ってほうれんそうのおひたしを作ります。この時期のほうれんそうは、味が濃厚で甘みがあり、ビタミンなどの栄養も多く含まれているのでおすすめです。

セレクトパン(小学校16日、中学校14日)

揚げパンと揚げていないパン+いちごジャムのセレクトです。乳アレルギー対象者はごはんとおかかふりかけです。

※今月は13日に清須市産の切り干しだいこん、17日に清須市産のほうれんそうを使用する予定です。□部分
 ※献立内容や食材は、都合により変更する場合があります。
 ※使用する食材は、6つの基礎食品群の分類を基本に記載しています。微量な食品や調味料などは記載していません。
 特定原材料の使用については、「特定原材料等一覧表」でご確認ください。
 (特定原材料等一覧表は、各学校から希望者に配布しています。また、清須市のホームページから見ることもできます)
 ※清須市では卵・乳アレルギー対応食を実施しています。(対応食がある日に○)
 卵成分を含む献立には、献立表の前に⑧でお知らせします。代替食がある場合には()に記載します。
 乳成分を含む献立には、献立表の前に④でお知らせします。代替食がある場合には()に記載します。
 (乳アレルギー対象者の牛乳の代替食は「豆乳」、乳成分を含む主食の代替食は「ごはん」です)