

学校給食だより

令和8年 2月号

徳島県立板野支援学校 給食部発行



日曜日	2月の予定献立			材料名						メモ				
	主食	牛乳	おかず	血や肉になるもの(赤)		体の調子を整えるもの(緑)		熱や力のもとになるもの(黄)		熱量	タンパク	脂肪	カルシウム	塩分
				肉・魚・卵・豆/豆製品	牛乳・小魚・海藻	緑黄色野菜	淡色野菜・くだもの	穀類・いも・さとう	油脂類	kcal	%	%	mg	g
2月 2日	ごはん	●おやこに 親子煮 きゅうりとわかめの酢の物	鶏肉 がんもどき ちくわ 卵 わかめ ちりめん	牛乳	にんじん	しいたけ たけのこ たまねぎ 枝豆 きゅうり キャベツ	ごはん 砂糖 砂糖	米油	しょくじ 食事の前後はていねいに手を洗おう	713	20	25	423	2.8
3月 3日	ごはん	●米粉入り 小型パン 白菜のクリーム煮 豆と茎わかめのサラダ 部分デザート りんごジャム	鶏肉 ベーコン 大豆 青大豆 手羽 金時豆 ハム 栗わかめ	牛乳 黄ピーマン	にんじん ブロッコリー れんこん	白菜 たまねぎ	パン ジャガイモ 小麦粉	米油 ドレッシング 節分デザート りんごジャム	きょう 今日は「節分」	784	18	28	553	3.7
4月 4日	ごはん	●はんぺんの香味揚げ ゆかりあえ ゆかりあえ 飛鳥汁	はんぺん ちくわ 鶏肉 豆腐 みそ	牛乳 青のり 牛乳	ゆかり にんじん 葉ねぎ	白菜 大根 しいたけ	ごはん デンプン	米油	じばさんぶつあお 地場産物「青のり」	798	20	22	407	5.0
5月 5日	ごはん	●マーボーれんこんどんぶり(具) 青菜のスープ ペアクリームワッフル	豚肉 ベーコン 豆腐	牛乳	葉ねぎ にんじん にんじん チンゲンサイ	れんこん たまねぎ えのきたけ	ごはん デンプン ペアクリームワッフル	米油	よくかんで食べよう!	741	14	31	318	1.7
6月 6日	ごはん	●焼き魚のごまみそあえ 即席漬け のっぺい汁	さわら みそ 昆布 鶏肉 油揚げ	牛乳	にんじん にんじん 葉ねぎ	しょうが キャベツ しょうが 大根 しいたけ ごぼう	ごはん 砂糖 こんにゃく 砂糖 デンプン さといも	ごま	さかな魚を食べよう!今日は「さわら」	699	19	29	386	2.3
7月 9月	ごはん	●おやこ 親子どんぶり(具) 酢の物 スイートポテト	鶏肉 かまぼこ 卵 はんぺん わかめ	牛乳	葉ねぎ きゅうり	しいたけ たまねぎ きゅうり	ごはん デンプン 砂糖 砂糖 スイートポテト	ごま	ごはんを食べよう!どんぶりメニュー	695	18	20	382	2.5
8月 10日	臨時休校(入学説明会・入学者選抜)													
9月 11日	建国記念日													
10月 12日	ごはん	●ワインナー キャベツとコーンのサラダ 冬野菜シチュー チョコプリン	ワインナー 鶏肉 ベーコン 白いんげん	牛乳 牛乳	プロッコリー にんじん	キャベツ コーン かぶ カリフラワー たまねぎ コーン	ごはん じゃがいも チョコプリン	ドレッシング	今日のお昼は「給食放送」	812	16	27	363	1.8
11月 13日	ごはん	●はるさめと鶏肉の中華炒め ひじきサラダ	鶏肉 うずら卵 シーチキン	牛乳 ひじき	にんじん にんじん	チンゲンサイ キャベツ コーン	たけのこ 大根	ごはん はるさめ 砂糖 砂糖	じばさんぶつ地場産物「たけのこ」	696	17	27	348	1.8
12月 16日	ごはん	●和風ハンバーグ 紀州汁	ハンバーグ 豚肉 油揚げ みそ	牛乳	葉ねぎ にんじん 葉ねぎ	たまねぎ えのきたけ しょうが 大根	ごはん デンプン 砂糖 きしめん		じばさんぶつ地場産物「葉ねぎ」	714	15	25	506	3.6
1月 17日	ごはん	●あんかけうどん 豚肉と野菜のしょうが炒め あん&マーガリン	鶏肉 かまぼこ 豚肉	牛乳	にんじん 小松菜 にんじん	しいたけ えのきたけ 白ねぎ キャベツ しょうが	パン デンプン うどん 米油 ごま油 あん&マーガリン		じばさんぶつ地場産物「小松菜」	719	19	25	372	6.4
2月 18日	ごはん	●さばのみそ煮 ごまあえ けんちん汁 アセロラゼリー	さば みそ 豆腐 油揚げ	牛乳	小松菜 にんじん 葉ねぎ	ごま 大根 ごぼう	ごはん 砂糖 こんにゃく ごま油 アセロラゼリー		さかな魚を食べよう!今日は「さば」	761	18	31	531	3.4
3月 19日	ごはん	●鶏肉のすだち風味 昆布あえ みぞれ汁	鶏肉 豆腐 かまぼこ	牛乳 昆布		すだち しょうが キャベツ 大根 えのきたけ	ごはん デンプン 砂糖 こんにゃく ジャガイモ	米油	まいづるにちは「食育の日」	717	20	24	324	3.5
4月 20日	ごはん	●チキンカレー(具) フルーツポンチ	鶏肉	牛乳	にんじん	たまねぎ 枝豆 にんにく しょうが 桃 みかん パイン	ごはん ジャガイモ 砂糖 ゼリー	米油	はやねはやおあさ 早寝・早起き・朝ごはん	815	11	29	278	3.1
5月 23日	天皇誕生日													
6月 24日	ごはん	●米粉入り 小型パン スパゲッティミートソースあえ もやしの和風サラダ いちごジャム	豚肉 ハム	牛乳 チーズ	にんじん にんじん	たまねぎ しめじ 枝豆 もやし きゅうり キャベツ	パン スパゲッティ 砂糖 いちごジャム	米油 ごま ごま油	じばさんぶつ地場産物「牛乳」	759	16	28	363	4.0
7月 25日	ごはん	●ほいこーる回鍋肉 蒸しシューマイ ソフール(ストロベリー)	豚肉 がんもどき みそ シューマイ ソフール	牛乳	にんじん ピーマン	キャベツ しいたけ たけのこ たまねぎ にんにく しょうが	ごはん 砂糖 ごま 米油		じばさんぶつ地場産物「しいたけ」	783	19	24	487	2.2
8月 26日	ごはん	●豚肉と厚揚げのみそ炒め もやしのかつおかけ	豚肉 厚揚げ みそ かつお節	牛乳	にんじん ピーマン チングルサイ	しょうが たけのこ もやし	ごはん 砂糖 こんにゃく	米油	せいよほんきゅうじいんかい 生徒保健給食委員会	719	19	29	359	2.5
9月 27日	ごはん	●すき焼き風煮 キャベツの酢の物 バナナ	牛肉 豆腐 油揚げ	牛乳	葉ねぎ にんじん	白菜 大根 キャベツ バナナ	ごはん 麦 砂糖 こんにゃく 砂糖	米油 ごま	じばさんぶつだいこん 地場産物「大根」	699	16	25	410	1.7
材料の購入、その他の理由により、献立を変更する場合があります。御了承ください。														
									平均値	743	17	26	401	3.1
									基準値	760	13~20	20~30	420	2.8