



# 令和3年度2月分学校給食予定献立表（小・中学校）

笠岡市学校給食センター

日付	こんだてめい	体をつくるものになる	体の調子をととのえる	エネルギーのもとになる
1(火)	麦ごはん 牛乳 チンジャオロース はくさいの中華スープ でこぼん	牛乳 牛肉 焼豚	しょうが にんにく たまねぎ たけのこ ピーマン はくさい もやし にんじん えのきたけ 葉ねぎ でこぼん	米 麦 三温糖 春雨
2(水)	かもちうどん 牛乳 れんこんサラダ いちごレアチーズ	若鶏肉 かまぼこ 牛乳 ツナ いちごレアチーズ	にんじん たまねぎ しめじ 葉ねぎ れんこん キャベツ きゅうり とうもろこし	うどん 三温糖 ごま もちいなり
3(木)	《 節分の献立 》 菜めし 牛乳 いわしの梅煮 酢の物 油揚げのみそ汁 節分豆	牛乳 いわしの梅煮 わかめ 鶏ささみ 油揚げ みそ 節分豆	キャベツ きゅうり にんじん たまねぎ だいこん 葉ねぎ 菜飯の素	米 春雨 ごま 三温糖 さつまいも
4(金)	《 立春の献立 》 ごはん 牛乳 さわらの西京焼き 菜の花あえ 生ふのすまし汁 桜もち	牛乳 さわら みそ ハム 豆腐 かまぼこ 桜もち	菜の花 キャベツ とうもろこし にんじん たまねぎ えのきたけ 葉ねぎ	米 三温糖 生ふ
7(月)	ごはん 牛乳 高野豆腐の卵とじ カリポリあえ 笠岡産焼きのり	牛乳 えび 高野豆腐 若鶏肉 かまぼこ 卵 のり	たまねぎ にんじん しめじ 干しいたけ さやいんげん だいこん きゅうり たくあん	米 じゃがいも 三温糖 ごま
8(火)	ごはん 牛乳 いかのかりんとうがらめ 甘酢あえ とりごぼう汁	牛乳 いか しらす干し 若鶏肉 油揚げ みそ	しょうが キャベツ もやし こまつな にんじん たまねぎ だいこん ごぼう 葉ねぎ	米 でん粉 米油 三温糖 ごま
9(水)	ソフトめん肉みそあんかけ 牛乳 だいこんの中華あえ バナナ	若鶏肉 豚肉 みそ 牛乳 焼豚	しょうが にんじん たまねぎ たけのこ エリンギ えだまめ だいこん キャベツ きゅうり バナナ	ソフトめん 三温糖 でん粉 ごま油
10(木)	ごはん 牛乳 ハムステーキ ブロッコリーサラダ 野菜のスープ煮	牛乳 ハムステーキ 糸かまぼこ 若鶏肉	キャベツ ブロッコリー とうもろこし だいこん にんじん たまねぎ しめじ こまつな	米 じゃがいも
14(月)	ハヤシライス 牛乳 コールスローサラダ いちごクレープ	牛肉 脱脂粉乳 牛乳 ハム いちごクレープ	にんにく にんじん たまねぎ マッシュルーム グリンピース トマト キャベツ きゅうり	米 麦 じゃがいも バター
15(火)	麦ごはん 牛乳 さばのカレーじょうゆかけ はくさいのごまあえ 黄ニラのすまし汁	牛乳 さば 豆腐 かまぼこ	もやし はくさい きゅうり にんじん たまねぎ えのきたけ 黄ニラ	米 麦 三温糖 ごま
16(水)	《 城見小学校 希望献立 》 バターパン 牛乳 若鶏肉のからあげ ポテトサラダ コーンスープ パインゼリー	牛乳 若鶏肉 ハム ウインナー	しょうが にんにく きゅうり にんじん たまねぎ キャベツ とうもろこし えのきたけ パセリ パインゼリー	バターパン でん粉 米油 じゃがいも
17(木)	わかめごはん 牛乳 豚バラ肉とだいこんの煮物 春雨のごま酢あえ	牛乳 豚肉 さつまあげ しらす干し わかめごはんの素	しょうが だいこん にんじん さやいんげん 白ねぎ キャベツ きゅうり	米 じゃがいも こんにゃく 三温糖 春雨 ごま
18(金)	ごはん 牛乳 たら甘辛焼き 塩昆布あえ 豚汁 かみかみ黒豆	牛乳 たら 塩昆布 豚肉 油揚げ みそ かみかみ黒豆	しょうが にんにく りんご 葉ねぎ もやし はくさい ほうれんそう とうもろこし たまねぎ ごぼう にんじん	米 三温糖 ごま さつまいも こんにゃく
21(月)	ツナそぼろ丼 牛乳 野菜のみそ汁 ヨーグルト	ツナ 若鶏肉 卵 牛乳 油揚げ みそ ヨーグルト	しょうが にんじん さやいんげん たまねぎ だいこん エリンギ 葉ねぎ	米 麦 三温糖 じゃがいも
22(火)	ごはん 牛乳 肉じゃが ゆかりあえ ぼんかん	牛乳 牛肉 がんもどき しらす干し	たまねぎ にんじん さやいんげん キャベツ もやし ぼんかん しそごはんの素	米 じゃがいも こんにゃく 三温糖
24(木)	ごはん 牛乳 さけのチーズフライ はりはり漬け 豆腐のみそ汁	牛乳 さけチーズフライ さきいか するめいか 豆腐 わかめ みそ	干しだいこん にんじん ほうれんそう たまねぎ えのきたけ 葉ねぎ	米 米油 三温糖 じゃがいも
25(金)	チャーハン 牛乳 ささみの中華あえ 春雨スープ 豆乳プリン	焼豚 卵 牛乳 茎わかめ 鶏ささみ 肉団子	たまねぎ 葉ねぎ 赤ピーマン もやし キャベツ とうもろこし だいこん にんじん えのきたけ こまつな	米 三温糖 ごま油 春雨 豆乳プリン
28(月)	麦ごはん 牛乳 すき焼き ごま酢あえ みかん	牛乳 牛肉 豆腐 糸かまぼこ	たまねぎ にんじん ごぼう はくさい 白ねぎ もやし きゅうり みかん	米 麦 三温糖 こんにゃく 焼きふ ごま