

令和5年度 2月給食予定献立表



岩国学校給食センター

日	曜	献立名	主な材料						栄養価		
			主に体をつくるものとなる(赤)			主に体の調子を整えるものとなる(緑)		主にエネルギーのものとなる(黄)		小学校	中学校
			1群	2群	3群	4群	5群	6群			
1	木	小麦ごはん キーマカレー 切干大根サラダ カップdeヤクルト	ぶたにく ぎゅうにく だいず レンズまめ	ぎゅうにゅう	にんじん トマト	にんにく しょうが たまねぎ	こめ おおむぎ	あぶら カレールフ	788	951	
2	金	大豆とじゃこの香味ごはん くじらの竜田揚げ さつまいも	だいず	ぎゅうにゅう しらす あおのり			こめ さとう		562	713	
5	月	キャロットパン(小)	ぶたにく	ぎゅうにゅう	にんじん ねぎ	キャベツ ちやし たまねぎ	キャロットパンうどん	ごまあぶら	560	697	
6	火	ごはん ピビンバ チゲ風スープ はちみつレモン豆乳パンナコッタ	ぎゅうにく あかみそ たまご	ぎゅうにゅう	にんじん ほうれんそう	にんにく	こめ さとう	あぶら ごま	666	817	
岩国中1年3組 献立『冬の和食』											
7	水	ごはん さけのみそマヨ焼き れんごんのきんぴら 豚汁	さけ しるみそ	ぎゅうにゅう	パセリ	たまねぎ	こめ	卵焼き マヨネーズ	653	813	
8	木	コッペパン クリームブールド ささみと大根のサラダ かぶのコンソメスープ		ぎゅうにゅう			パン		654	778	
北海道の郷土料理											
9	金	ごはん 豚汁 石狩汁	ぶたにく ちくわ	ぎゅうにゅう	にんじん ねぎ	たまねぎ	こめ しらす さとう	あぶら	555	693	
岩国中1年6組 献立『野菜たっぷり太陽カラー献立』											
13	火	ごはん いわしの梅煮 いろいろ野菜のごま和え かきたま汁	いわし	ぎゅうにゅう		うめ	こめ さとう		591	719	
14	水	ごはん ポロニアステーキ 鶏肉和え おじゃがもち汁	とりにく ぶたにく	ぎゅうにゅう		ちやし	こめ まんぷん さとう		604	733	
15	木	食パン (小)牛乳(中)コーヒートースト ミートソース スライスチーズ ラビオリスープ (ラビオリスープ)	ぶたにく ぎゅうにく	ぎゅうにゅう	にんじん トマト	たまねぎ しょうが にんにく	パン さとう	あぶら	640	768	
岩国中1年4組 献立『冷感性改善献立』											
16	金	ごはん 豚肉と大根のしょうが煮 白菜とたらこのとろみ汁 (かまぼこ)	ぶたにく	ぎゅうにゅう	にんじん	だいこん しょうが	こめ こんにやく さとう		548	686	
19	月	はちみつパン ポークビーンズ ちくわのゴマネーズサラダ いちごジュレ	ぶたにく だいず	ぎゅうにゅう	にんじん トマト	たまねぎ	はちみつパン(じゃがいも さとう)	あぶら	742	896	
ベトナムの料理											
20	火	ごはん 春巻き レモンサラダ フォー	ぶたにく	ぎゅうにゅう	にんじん	たまねぎ キャベツ しょうが ほししいたけ	こめ ちやし さとう	あぶら	682	808	
岩国中1年5組 献立『冬の和食料理』											
21	水	ごはん さばのみそ煮 ブロッコリーのおかか和え すまし汁	さば みそ	ぎゅうにゅう	ブロッコリー にんじん	キャベツ	こめ さとう		597	720	
22	木	きなこパン(小) 海藻サラダ ABCスープ フルーツ杏仁風プリン	きなこ	ぎゅうにゅう			パン さとう	あぶら	545	673	
26	月	ごはん 味付け海苔 親子煮 ごぼうとツナのマヨ和え	えび エキス	ぎゅうにゅう のり	にんじん さやいんげん	ほししいたけ たまねぎ	こめ さとう	あぶら	646	799	
岩国中1年2組 献立『栄養のいい和食』											
27	火	ごはん チキンチキンれんこん 小松菜サラダ みそ汁	とりにく	ぎゅうにゅう	れんこん えだまめ	こめ さとう	あぶら	645	799		
28	水	ごはん いわしのみぞれ煮 筑前煮 ぼんかん	いわし	ぎゅうにゅう	にんじん さやいんげん	だいこん	こめ まんぷん さとう	あぶら	628	761	
岩国中学校1年1組 献立『体温まる旬の食べ物』											
29	木	コッペパン クリームシチュー ブロッコリーサラダ みかんゼリー	とりにく	ぎゅうにゅう	にんじん ほうれんそう	とうもろこし	パン じゃがいも	あぶら シチュールー	676	817	

※天候等の理由で、食材を予告なく変更する場合があります。生の果物は太文字、加熱処理された果物は普通文字で記載しています。