

※食材の入荷状況により、献立内容を変更することがあります。

日・曜	3日(月)			4日(火)			5日(水)			6日(木)			7日(金)			10日(月)			12日(水)			13日(木)			14日(金)		
献立名	牛乳 白飯 たまねぎのみそ汁 大豆とちくわと芋の揚げ煮 きやべつのあえもの			牛乳 白飯 すまし汁 そぼろ煮 はくさいのあえもの			牛乳 白飯 かやくうどん きんぴら ぼんかん			牛乳 白飯 野菜スープ 豚肉のマリネ			牛乳 いり大豆ごはん かす汁 野菜のごまあえ			牛乳 白飯 スーミータン じゃがいも中華炒め ゆばと野菜のあえもの			牛乳 とふめし もち麦めん汁 豚肉とだいこんの煮物			牛乳 白飯 だいこんのみそ汁 ミンチカツ きやべつサラダ			牛乳 白飯 ゆずか汁 あらめと大豆の煮物 きやべつのそぼろ煮		
	牛乳	1本	○	牛乳	1本	○	牛乳	1本	○	牛乳	1本	○	牛乳	1本	○	牛乳	1本	○	牛乳	1本	○	牛乳	1本	○	牛乳	1本	○
材料名および使用量 (g)	精白米	75	□	精白米	75	□	精白米	60	□	精白米	75	□	精白米	65	□	精白米	75	□	精白米	60	□	精白米	75	□	精白米	75	□
	水	113		水	113		水	90		水	113		水	5	□	水	113		豆腐(冷)	15	○	水	113		水	113	
材料名および使用量 (g)	たまねぎ	20	□	豆腐(冷)	20	○	油あげ(冷)	8	○	鶏肉(若5)	20	○	いり大豆	3	○	* 鶏卵	15	○	さば缶	15	○	だいこん	20	△	ゆず	0.4	△
	豆腐(冷)	20	○	わかめ(乾)	0.5	○	干し椎茸(スライス)	0.5	△	マカロニ(ABC)	7	□	鶏肉(若5)	15	○	はるさめ	3	□	油あげ(冷)	3	○	豆腐(冷)	20	○	ちくわ	10	○
材料名および使用量 (g)	油あげ(冷)	5	○	にんじん	15	△	さとう(三温)	1.5	□	たまねぎ	40	△	油あげ(冷)	3	○	たまねぎ	20	△	ごぼう(さがき)	3	△	油あげ(冷)	5	○	油あげ(冷)	3	○
	にんじん	15	△	えのきだけ	10	△	しょうゆ(濃)	1.5		にんじん	15	△	にんじん	5	△	ホールコーン(冷)	20	△	にんじん	3	△	にんじん	15	△	だいこん	20	△
材料名および使用量 (g)	葉ねぎ	5	△	みつば	3	△	水	10		じゃがいも	15	□	干し椎茸(スライス)	0.5	△	米油	0.5	□	しょうゆ(濃)	4	△	葉ねぎ	5	△	にんじん	5	△
	みそ(赤)	9	○	しょうゆ(淡)	4		うどん(冷)	60	□	パセリ(乾)	0.03	△	しょうゆ(淡)	7		XO醤(エックスオージョン)	0.2		しょうゆ(淡)	2		みそ(赤)	9	○	えのきだけ	5	△
材料名および使用量 (g)	けずりふし(だし用)	2		清酒	1		わかめ(乾)	0.5	○	しょうゆ(淡)	2		清酒	5		清酒	1		みりん	1		けずりふし(だし用)	2		水菜	3	△
	煮干し(だし用)	1		塩	0.2		にんじん	15	△	ぶどう酒(白)	1		水	93		塩	0.7		水	83		煮干し(だし用)	1		みそ(白)	8	○
材料名および使用量 (g)	水	120		けずりふし(だし用)	2		葉ねぎ	5	△	塩	0.6		豚肉(細切)	10	○	しょうゆ(淡)	0.5		もち麦めん	10	□	水	120		しょうゆ(淡)	2	
	大豆(むし)	8	○	こんぶ(だし用)	0.5		しょうゆ(淡)	5		こしょう(白)	0.02		油あげ(冷)	5	○	こしょう(白)	0.02		油あげ(冷)	5	○	ミンチカツ(冷)	1	○	けずりふし(だし用)	2	
材料名および使用量 (g)	でんぷん	2	□	水	130		清酒	1		ガーリック	0.02		だいこん	20	△	ガーリック	0.02		たまねぎ	15	△	てんぷら油	5	□	煮干し(だし用)	1	
	さつまいも	20	□	豚挽肉	20	○	けずりふし(だし用)	3		鶏手羽先(だし用)	10		にんじん	15	△	ごま油	0.3	□	にんじん	15	△	きやべつ	30	△	水	130	
材料名および使用量 (g)	ちくわ	15	○	じゃがいも	30	□	こんぶ(だし用)	0.5		にんじん(だし用)	0.5		つきこんにやく	10	△	鶏手羽先(だし用)	15		葉ねぎ	5	△	酢	0.5		あらめ	3	○
	てんぷら油	3	□	たまねぎ	20	△	水	130		たまねぎ(だし用)	0.5		さともい	20	□	葉ねぎ(だし用)	1		干し椎茸(スライス)	0.5	△	米油	0.5	□	大豆(乾)	5	○
材料名および使用量 (g)	すりごま	0.3	□	にんじん	5	△	ごぼう(さがき)	20	△	ペーリーフ	0.03		水	120		5	△	にんじん(だし用)	0.5		しょうゆ(淡)	3		塩	0.15		
	さとう(三温)	2	□	米油	0.5	□	鶏肉(若5)	10	○																		



令和6年度(2月17日～2月28日)

2月 学校給食献立表

川西養護学校

※食材の入荷状況により、献立内容を変更することがあります。

リクエスト給食

日・曜	17日(月)	18日(火)	19日(水)	20日(木)	21日(金)	25日(火)	26日(水)	27日(木)	28日(金)
献立名	牛乳 白飯 おでん 大豆もやしのあえもの	牛乳 ロールパン スパゲティイタリアン ツナマヨサラダ	牛乳 黒豆ごはん ぼたん汁 がんもどきの含め煮 はくさいのあえもの	牛乳 白飯 五目スープ 豚キムチ ぶどうかん	牛乳 白飯 ビーフシチュー ブロッコリーサラダ	牛乳 あぶたま井 白飯 あぶたま井の具 沢煮椀 ほうれんそうのあえもの	牛乳 白飯 きやべつのみそ汁 和風ハンバーグ はるみ	牛乳 白飯 そうめん汁 厚揚げの炒め煮 れんこんの梅あえ	牛乳 白飯 わかめ汁 鶏肉のレモンソースかけ はりはり大根
材料名および使用量(ｇ)	牛乳 1本○ 精白米 75□ 水 113 牛肉(細切) 20○ ボール天 20○ 厚揚げ(ミニ・冷) 25○ じゃがいも 50□ だいこん 40△ にんじん 25△ 板こんにやく 15△ しょうゆ(濃) 6.5□ さとう(三温) 4□ みりん 1 水 20 大豆もやし 10△ 緑豆もやし 25△ しょうゆ(淡) 0.8 酢 0.4 さとう(三温) 0.1□	牛乳 1本○ ロールパン(80) 1袋□ スパゲティ 35□ 合挽肉(4.8) 25○ たまねぎ 40△ にんじん 20△ マッシュルーム(水煮) 5△ にんにく 0.5△ オリーブ油 1□ ケチャップ 15 ソース(ウスター) 1 ぶどう酒(赤) 1 塩 0.2 こしょう(白) 0.02 パプリカパウダー 0.02 まぐろ油漬(フレーク) 15○ きやべつ 25△ たまねぎ 6△ にんじん 6△ マヨネーズ 5□ 辛子 0.03 こしょう(白) 0.01	牛乳 1本○ 精白米 65□ もち米 5□ いり黒豆 5○ 塩 0.8 水 105 いのしし肉 10○ さんしょう 0.02 だいこん 20△ はくさい 20△ にんじん 15△ ごぼう(さがき) 5△ つきこんにやく 5△ 葉ねぎ 5△ みそ(赤) 9○ けずりぶし(だし用) 1 煮干し(だし用) 0.5 水 120 がんもどき(1個づけ・冷) 1○ しょうゆ(濃) 3 さとう(三温) 2.5□ みりん 0.5 水 25 はくさい 55△ 花かつお 0.5○ しょうゆ(淡) 1 酢 0.5 さとう(三温) 0.2□	牛乳 1本○ 精白米 75□ 水 113 えび(80～120・冷) 15○ 清酒 1 豆腐(冷) 20○ たまねぎ 15△ ホールコーン(冷) 10△ にんじん 10△ 米油 1□ 小麦粉 6□ バター(調) 6□ ケチャップ 8 ソース(ウスター) 6 ぶどう酒(赤) 1 塩 0.3 こしょう(白) 0.02 ガーリック 0.02 ごま油 0.3□ 煮干し(だし用) 1 こんぶ(だし用) 0.5 水 120 はくさいキムチ 5△ 豚肉(細切) 20○ 緑豆もやし 15△ にんじん 5△ にら 2△ ごま油 0.5□ しょうゆ(濃) 1 清酒 0.5 塩 0.1 こしょう(白) 0.01 ぶどう果汁 25△ 寒天(フレーク) 0.6○ さとう(上白) 5□ 水 25	牛乳 1本○ 精白米 75□ 水 113 牛肉(細切) 30○ じゃがいも 50□ たまねぎ 40△ にんじん 20△ にんにく 0.5△ 米油 1□ 小麦粉 6□ バター(調) 6□ ケチャップ 8 ソース(ウスター) 6 ぶどう酒(赤) 1 塩 0.3 こしょう(白) 0.02 パプリカパウダー 0.02 水 75 ブロッコリー 15△ きやべつ 15△ 花かつお 0.5○ しょうゆ(淡) 1.2 酢 0.6 米油 0.6□ さとう(三温) 0.1□	牛乳 1本○ 精白米 75□ 水 113 鶏卵 20○ 油あげ(冷) 5○ かまぼこ 5○ たまねぎ 20△ 葉ねぎ 3△ しょうゆ(淡) 2.5 さとう(三温) 1.5□ みりん 0.5 水 0.3○ 花かつお 5 豚肉(細切) 20○ ゆば(乾) 2○ にんじん 15△ だいこん 15△ えのきだけ 10△ みつば 3△ しょうゆ(淡) 4 清酒 1 塩 0.2 けずりぶし(だし用) 1 こんぶ(だし用) 0.5 水 120 ほうれんそう 20△ 緑豆もやし 20△ 花かつお 0.5○ しょうゆ(濃) 1.2 さとう(三温) 0.2□	牛乳 1本○ 精白米 75□ 水 113 きやべつ 20△ 豆腐(冷) 20○ 油あげ(冷) 5○ にんじん 15△ 葉ねぎ 5△ みそ(赤) 9○ けずりぶし(だし用) 2 煮干し(だし用) 1 水 120 豆腐ハンバーグ(冷) 1○ たまねぎ 20△ みつば 3△ 米油 1□ しょうゆ(濃) 2 清酒 1 さとう(三温) 0.5□ でんぶん 0.5□ 水 20 はるみ 1○ れんこん 30△ うめびしお 1.5△ 花かつお 0.5○ 酢 0.5 さとう(三温) 0.3□	牛乳 1本○ 精白米 75□ 水 113 そうめん 10□ 油あげ(冷) 5○ たまねぎ 20△ にんじん 15△ しろな 10△ しょうゆ(淡) 4 清酒 1 けずりぶし(だし用) 2 こんぶ(だし用) 0.5 水 130 厚揚げ(ミニ・冷) 30○ 豚肉(細切) 10○ しょうが 0.3△ しょうゆ(濃) 1 清酒 0.5 葉ねぎ 3△ にんじん 3△ 干し椎茸(スライス) 0.3△ 米油 0.5□ しょうゆ(濃) 1.6 さとう(三温) 1.2□ 清酒 0.5 水 10 れんこん 30△ うめびしお 1.5△ 花かつお 0.5○ 酢 0.5 さとう(三温) 0.3□	牛乳 1本○ 精白米 75□ 水 113 わかめ(乾) 0.6○ えび(80～120・冷) 20○ 清酒 1 にんじん 15△ 緑豆もやし 15△ しょうゆ(淡) 4 清酒 1 けずりぶし(だし用) 2 水 120 鶏肉(若10) 50○ でんぶん 5□ でんぶら油 8□ レモン 0.23△ さとう(三温) 2□ しょうゆ(濃) 2 切干大根 5△ にんじん 5△ しらす干し 2○ 酢 1.5 しょうゆ(淡) 1.2 さとう(三温) 0.3□
	エネルギー/たんぱく質 606kcal 22.3g	エネルギー/たんぱく質 723kcal 27.9g	エネルギー/たんぱく質 599kcal 23.4g	エネルギー/たんぱく質 542kcal 20.5g	エネルギー/たんぱく質 656kcal 20.8g	エネルギー/たんぱく質 544kcal 23.1g	エネルギー/たんぱく質 620kcal 22.5g	エネルギー/たんぱく質 568kcal 19.4g	エネルギー/たんぱく質 621kcal 26.5g

食育の日

毎月19日は食育の日です。2月は兵庫県の特産品を取り入れた一汁二菜の献立です。

黒豆ごはん

黒豆は、黒大豆という大豆です。兵庫県では、丹波黒という品種が粒が大きくておいしいことで有名です。黒豆の栽培に適した土壌で、昼夜の寒暖差が大きい丹波地域の黒豆が特に有名です。

ぼたん汁

「ぼたん」は、いのしし肉のことです。いのししは兵庫県の各地に生息しており、冬の間だけ狩猟が行われています。ぼたん鍋は丹波地域の郷土料理として有名です。



新献立

27日(木)「れんこんの梅あえ」夏の給食にでる「うめえーQ」と同じ味付けです。

材料(約4人分)

れんこん 180g
梅びしお 10g
花かつお 3g
酢 小さじ1/2
さとう 小さじ1

作り方

- れんこんは薄切りにして塩ゆでし、冷ましておく。
- 梅びしおと酢、さとうを混ぜ合わせ、①のれんこんを和える。
- 花かつおを加えて味をととのえ、仕上げる。



※梅びしおとは、梅干しの梅肉をすりつぶし、さとうとともに練ったものです。梅干して代用する場合には、さとうを増やすなど、味を調整してください。