



平成30年 2月分 給食予定献立表



ドレミナーサリー 1ページ

日 曜	献立名	材 料 名			おやつ	栄 養 価
		熱や力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの		
1 木	7分づき飯 鶏肉団子のチンゲン菜 味噌汁 (なめこ・豆腐) 人参グラッセ	七分つき米 油 片栗粉 砂糖 バター ●薄力粉	牛乳 かたくちいわし(煮干し) 鶏ひき肉 豆腐 みそ ●卵	玉ねぎ しょうが チンゲン菜 人参 なめこ 長ねぎ バナナ	牛乳 ★バナナドーナツ	アレルギー 596 kcal たんぱく質 22.3 g 脂 質 22.0 g 食塩相当量 1.9 g
					牛乳 小魚	
2 金	大豆ご飯 焼き魚(ししゃも) 豚汁 キャベツのおかか和え	精白米 砂糖 里芋 ●薄力粉 油	牛乳 大豆 ししゃも 豚肉 みそ かつお節 ●卵	人参 大根 長ねぎ ごぼう キャベツ もやし りんご	牛乳 ★ホットケーキ 果物(りんご)	アレルギー 578 kcal たんぱく質 23.8 g 脂 質 14.9 g 食塩相当量 1.9 g
					牛乳 菓子	
5 月	インディアン スパゲティ かぶのスープ カニカマ入り コールスロー	●スパゲティ 油 ドレッシング 白玉粉 砂糖	牛乳 かたくちいわし(煮干し) ベーコン チュウレス かに風味かまぼこ きな粉	人参 玉ねぎ ピーマン かぶ みかん きゅうり キャベツ	牛乳 ★きな粉団子 果物(パルル柑)	アレルギー 474 kcal たんぱく質 17.6 g 脂 質 15.8 g 食塩相当量 1.2 g
					牛乳 小魚	
6 火	かやくご飯 筑前煮 味噌汁(大根)	精白米 しらたき 里芋 油 砂糖 ●食パン	牛乳 鶏肉 油揚げ みそ	人参 ごぼう 大根 玉ねぎ いちごジャム バナナ	牛乳 ★ジャムサンド 果物(バナナ)	アレルギー 534 kcal たんぱく質 21.8 g 脂 質 12.8 g 食塩相当量 2.3 g
					牛乳 菓子	
7 水	食パン 鶏の唐揚げ あさりミルクスープ 大根サラダ	●食パン 片栗粉 油 じゃがいも 精白米 砂糖	牛乳 鶏肉 あさり みそ	玉ねぎ コン缶詰 大根 きゅうり 人参 りんご	麦茶 ★五平餅 果物(りんご)	アレルギー 505 kcal たんぱく質 24.0 g 脂 質 14.0 g 食塩相当量 2.4 g
					牛乳 菓子	
8 木	5分づき飯 焼きほっけ けんちん汁 ほうれん草の磯和え	半つき米 油 ●薄力粉 マーガリン 砂糖 里芋	牛乳 ほっけ 鶏肉 みそ 豆腐 焼きのり ●卵	ごぼう 人参 白菜 長ねぎ ほうれん草 もやし ココア いよかん	牛乳 ★ココアクッキー 果物(はるみ)	アレルギー 581 kcal たんぱく質 23.2 g 脂 質 20.0 g 食塩相当量 2.0 g
					牛乳 菓子	
9 金	マーボー丼 春雨スープ ナムル	精白米 ごま油 砂糖 片栗粉 はるさめ ごま ●薄力粉 バター 砂糖	牛乳 豆腐 豚ひき肉 ●卵	長ねぎ しょうが にんにく いら 人参 白菜 チンゲン菜 もやし	麦茶 ★豆腐ケーキ	アレルギー 504 kcal たんぱく質 15.8 g 脂 質 17.2 g 食塩相当量 1.6 g
					牛乳 果物	
13 火	きつねうどん 舞茸とじゃが芋の 炒め物 うさぎりんご	●うどん 砂糖 じゃがいも 油 精白米	牛乳 かつお節 鶏肉 油揚げ	ほうれん草 長ねぎ ましたけ 人参 りんご	牛乳 ★おかかおにぎり	アレルギー 494 kcal たんぱく質 17.9 g 脂 質 11.7 g 食塩相当量 1.8 g
					牛乳 菓子	
14 水	カレーライス ほうれん草のサラダ	精白米 油 じゃがいも ドレッシング ●食パン	牛乳 かたくちいわし(煮干し) 豚肉 チュウレス	玉ねぎ 人参 ほうれん草 しめじ コン缶詰 グレープフルーツ	牛乳 ★チーズトースト 果物(パルル柑)	アレルギー 559 kcal たんぱく質 21.2 g 脂 質 16.7 g 食塩相当量 2.2 g
					牛乳 小魚	
15 木	ロールパン ヘルシーミートローフ ミネストローネ ブロッコリー 花みかん	●ロールパン 油 じゃがいも 砂糖 ごま さつま芋	牛乳 豆腐 豚ひき肉 ベーコン	玉ねぎ 人参 トマト缶詰 みかん ブロッコリー	牛乳 ★ミルクきんとん	アレルギー 546 kcal たんぱく質 19.9 g 脂 質 23.4 g 食塩相当量 2.7 g
					牛乳 菓子	

(●印はアレルギー除去対象食品です)

★印は手作りのおやつです