



日	曜	献立名			材料名						栄養価		
		主食	飲み物	主菜・副菜	血や肉になる		体の調子を整える		熱や力になる		エネルギー (Kcal)	たんぱく質 (g)	
2	月	ごはん ごはん	ぎゅうにゅう 牛乳	チキンハヤシライス キャベツとわかめのサラダ	とりこ	ぎゅうにゅう なまクリーム わかめ	にんじん トマトかん	たまねぎ エリンギ コーン キャベツ もやし	ごはん じゃがいも さとう	サラダあぶら やさしいいわい うドレッシング	769	26.6	
3	火	せつぷんこんだて ＜節分献立＞ ごはん	ぎゅうにゅう 牛乳	いわしのみそ煮 大豆の磯煮 けんちん汁 大豆やひじき、さつまいもなどを あまじょっぱく煮たものです	いわしのみそに さつまいも だいず とうふ あぶらあげ	ぎゅうにゅう ひじき	にんじん こんにゃく だいこん ねぎ	ごはん さとう さといも	サラダあぶら		749	29.0	
4	水	しょく 食パン	ぎゅうにゅう 牛乳	オムレツデミソースかけ ジャーマンポテト ★ABCスープ いちごジャム	オムレツ ウィンナー ベーコン	ぎゅうにゅう	パセリ にんじん	たまねぎ キャベツ	しょうパン さとう じゃがいも マカロニ いちごジャム	サラダあぶら	748	29.9	
5	木	ごはん	ぎゅうにゅう 牛乳	焼きしゅうまい②②② ★塩中華サラダ 麻婆豆腐 樺東中学校3年2組が 総合で考えたメニューです！	ポークしゅうまい ぶたひきにく だいず とうふ	ぎゅうにゅう	にんじん にら	きゅうり ねぎ たまねぎ	ごはん さとう かたくりこ	しおちゅうかドレ ッシング サラダあぶら ごまあぶら	803	31.8	
6	金	うどん	ジョア	最強！すき焼きカレーうどん汁 ちくわの磯辺揚げ①①① ごまあえ	やきちくわ やきとうふ ぶたにく	ジョア あおのり	にんじん	キャベツ もやし しいたけ たまねぎ ねぎ しらたき	うどん てんぷらこ さとう	サラダあぶら すりごま いりこま	762	26.6	
9	月	こんだて ＜カミカミ献立＞ 米粉の メープルマフィン	ぎゅうにゅう 牛乳	ミートソーススパゲッティ ウインナー①①② れんこん入りサラダ	ぶたひきにく だいず ウインナー	ぎゅうにゅう	にんじん トマトかん	たまねぎ キャベツ れんこん コーン	メープルマフィ ン スパゲティ	サラダあぶら ごまドレッシング	756	30.3	
10	火	ごはん	ぎゅうにゅう 牛乳	白身魚フライソースかけ キムチ和え ★豚汁	しろみさかなフ ライ ぶたにく とうふ あぶらあげ	ぎゅうにゅう	にんじん	きゅうり キャベツ こんにゃく ごぼう ねぎ だいこん	ごはん さとう じゃがいも かたくりこ	サラダあぶら	775	29.5	
12	木	ごはん	ぎゅうにゅう 牛乳	彩りそぼろ丼の具 真だくさん汁 ヨーグルト どぼろといり卵が 別の食缶に入っています！	とりひきにく だいず いりたまご とうふ あぶらあげ	ぎゅうにゅう ヨーグルト	にんじん こまつな	えだまめ だいこん ごぼう こんにゃく	ごはん さとう じゃがいも	サラダあぶら	802	33.8	
13	金	ロールパン	ぎゅうにゅう 牛乳	ハートのコロッケ 大根サラダ 白菜とミートボールのスープ	ツナ ミートボール	ぎゅうにゅう	こまつな にんじん	だいこん コーン はくさい たまねぎ	ロールパン コロッケ	サラダあぶら わふうごまドレ ッシング	755	24.3	
16	月	ごはん	ぎゅうにゅう 牛乳 ★ミルメーク コーヒー	★チキンカレー ブロッコリーサラダ	とりこ	ぎゅうにゅう	にんじん トマトかん ブロッコリー	たまねぎ おろしりんご キャベツ コーン	ごはん じゃがいも ミルメークコ ーヒー	サラダあぶら イタリアンドレ ッシング	789	24.0	
17	火	ごはん	ぎゅうにゅう 牛乳	ハンバーグ照り焼きソース かつおぶし 和風ツナサラダ こしね汁	ハンバーグ ツナ かつおぶし とうふ ぶたにく あぶらあげ	ぎゅうにゅう わかめ	にんじん	キャベツ しいたけ ねぎ こんにゃく	ごはん さとう かたくりこ	サラダあぶら	820	33.1	
18	水	くろ 黒パン	ぎゅうにゅう 牛乳	★かぼちゃひき肉フライ コールスローサラダ ★ミネストローネ	かぼちゃひき肉に くフライ ベーコン	ぎゅうにゅう	にんじん トマトかん	キャベツ たまねぎ だいこん	くろパン マカロニ じゃがいも	サラダあぶら コールスローレ ッシング	775	24.7	
19	木	ごはん	ぎゅうにゅう 牛乳	さばの塩焼き じゃがいものそぼろ煮 大根と豆腐のみそ汁	さばのしおやき とりひきにく あぶらあげ とうふ	ぎゅうにゅう わかめ	にんじん こまつな	こんにゃく たまねぎ だいこん	ごはん じゃがいも さとう かたくりこ	サラダあぶら	833	31.4	
20	金	ちゅうかめん 中華麺	ぎゅうにゅう 牛乳	しょうゆラーメンスープ 焼きぎょうざ①②② 中華わかめサラダ	ぶたにく なると やきぎょうざ	ぎゅうにゅう わかめ	にら にんじん	たまねぎ キャベツ コーン もやし	ちゅうかめん さとう	サラダあぶら いりごま ごまあぶら	751	34.8	
24	火	ごはん	ぎゅうにゅう 牛乳	ピビンバの具 ★ナムル わかめスープ	ぶたひきにく だいず とうふ なると	ぎゅうにゅう わかめ	こまつな にんじん	ごぼう こんにゃく もやし たまねぎ ねぎ	ごはん さとう	サラダあぶら いりごま ごまあぶら	750	31.0	
25	水	ロールパン	ジョア	肉団子ケチャップあん②②③ ★こんにゃくサラダ 白菜のクリームスープ	にくだんご とりこ	ジョア ぎゅうにゅう	にんじん パセリ	もやし きゅうり こんにゃく はくさい たまねぎ	ロールパン じゃがいも	パンパンジードレ ッシング サラダあぶら	797	30.9	
26	木	ごはん	ぎゅうにゅう 牛乳	★みそカツ ★カリカリ梅あえ じゃがいものみそ汁	チキンカツ あぶらあげ とうふ	ぎゅうにゅう	にんじん	キャベツ きゅうり カリカリうめ ねぎ だいこん	ごはん さとう じゃがいも	サラダあぶら いりごま ごまあぶら	761	25.4	
27	金	ココアパン	ぎゅうにゅう 牛乳	チキンナゲット①②② ペンネのケチャップ炒め ★野菜コンソメスープ	チキンナゲット ツナ	ぎゅうにゅう	こまつな にんじん	たまねぎ だいこん キャベツ	ココアパン マカロニ	サラダあぶら	773	29.7	
											平均値	776	29.3
											基準値	830	27～42

* 2月の行事食 *

- 節分献立
- カミカミ献立 れんこん入りサラダ
- 3年生リクエスト献立
(★印の付いた献立)

* 今月の樺東村の食材 *

キャベツ、白菜、長ねぎ、
ブロッコリー、里芋、にんじん、
小松菜、大根、しいたけ

※先生方へ

6日と25日のジョアは業者による容器回収があります。

* 2月平均 (その他)
脂質 24.6g 塩分 3.8g

★おしらせ★



LINEによる給食画像配信を
しています

- ①上記QRコードやLINEアプリ内検索から樺東村
LINE公式アカウントを友達登録
- ②トーク画面メニューの受信設定を選択、希望する
情報の「学校給食」を選択して設定
- ③翌日のお昼から給食画像と献立が届きます。

このマークの献立が入っ
ているバット(入れ物)は、表面
が熱くなっているため、コ
ンテナ室から教室まで運ぶ時
には気を付けて持ちましょう

