



令和3年度 2月 学校給食献立表



愛知県立古知野高等学校

日 曜	献立名	主な材料とその働き					
		赤 体をつくる		緑 体の調子を整える		黄 体を動かすエネルギーになる	
		1群	2群	3群	4群	5群	6群
		魚・肉・卵・大豆・大豆製品	牛乳・乳製品・小魚・海藻	緑黄色野菜	その他の野菜・果物・きのこ	米・パン・めん・いも・砂糖	油脂・種実
1 火	牛乳 ご飯 ねぎ塩だれ肉じゃが ★うずら卵のスコッチエッグ 味噌汁	豚肉 うずら卵のスコッチエッグ 油揚げ 味噌	牛乳	人参 かぶ菜	玉葱 根深ねぎ かぶ	ご飯 じゃがいも	ごま油
2 水	牛乳 ご飯 ビーフシチュー れんこんのサラダ	牛肉 ハム	牛乳	人参 トマト ブロッコリー 枝豆 人参	玉葱 にんにく れんこん コーン	ご飯 じゃがいも	デミグラスソース バター 油 バジル&チーズドレッシング
3 木	牛乳 ★鯖のかば焼き丼 鶏肉と大豆の甘辛煮 味噌汁	鯖 鶏肉 大豆 味噌	牛乳 海苔	小松菜 いんげん 人参 葉ねぎ	生姜 なめこ えのき	ご飯 砂糖 砂糖	油 油
4 金	牛乳 ご飯 がんとどきのオイスターソース煮 春雨サラダ キャベツのスープ	豚肉 がんとどき ハム	牛乳 わかめ	青梗菜 人参 人参	干しいたけ にんにく 生姜 キャベツ 玉葱 えのき	ご飯 砂糖 澱粉	ごま油 ごま油
7 月	牛乳 ご飯 八宝菜 ★焼売 わかめスープ	豚肉 うずら卵 いか えび 焼売	牛乳	人参	白菜 キャベツ 玉葱 きくらげ たけのこ もやし コーン	ご飯 砂糖 澱粉	ごま油
8 火	牛乳 カレーうどん 大根と半平の煮物 ★蒲郡みかんゼリー	豚肉 油揚げ さつまいも	牛乳	人参 葉ねぎ 人参	玉葱 にんにく 生姜 大根	うどん 砂糖	カレールー 油 蒲郡みかんゼリー
9 水	牛乳 ご飯 ★サーモンフライ ほうれん草のソテー コンソメスープ	サーモンフライ ベーコン ミックスビーンズ 豆腐	牛乳	ほうれん草 人参	玉葱 セロリ	ご飯	油 油
10 木	牛乳 親子丼 白菜の塩昆布和え 味噌汁	鶏肉 かまぼこ 卵 まぐろ油漬 豆腐 味噌	牛乳 塩昆布	小松菜 人参 葉ねぎ 人参	玉葱 干しいたけ 白菜 ごぼう	ご飯 砂糖	ごま
14 月	牛乳 ピラフ ★パンキンハートコロケ ウインナーとブロッコリーのスープ ★バレンタインデザート	鶏肉 卵 ウインナー 大豆	牛乳	ピーマン 人参 パンキンハートコロケ ブロッコリー	玉葱 マッシュルーム 玉葱	ご飯 バター 油	油
15 火	牛乳 ご飯 ★豚味噌ちゃんこ ごまだれ団子	豚肉 油揚げ 餃子 味噌	牛乳 牛乳	かぼちゃ 人参	大根 ごぼう 白菜 根深ねぎ しめじ	ご飯 餅 砂糖	バター ごま
16 水	牛乳 ハヤシライス キャベツのサラダ	牛肉 ハム	牛乳	人参 枝豆	玉葱 マッシュルーム キャベツ	ご飯 ごまドレッシング	ハヤシルウ 油 ごまドレッシング
17 木	牛乳 ご飯 ★豚キムチ 切り干し大根の和え物 にら玉スープ	豚肉 卵 豆腐	牛乳	人参 葉ねぎ 人参 にら	大豆もやし 白菜キムチ 生姜 にんにく 切り干し大根 れんこん ごぼう	ご飯 砂糖	ごま油 ごま 中華ドレッシング
18 金	牛乳 カレーライス ごぼうサラダ	豚肉 ハム	牛乳	人参 人参 枝豆	玉葱 にんにく ごぼう コーン	ご飯 じゃがいも	カレールー 油 フレッシュドレッシング
21 月	牛乳 ご飯 麻婆豆腐 もやしのナムル 中華スープ	豆腐 豚肉 味噌 竹輪 うずら卵	牛乳	葉ねぎ ブロッコリー 人参 ほうれん草	にんにく 大豆もやし 生姜 にんにく 玉葱	ご飯 砂糖 澱粉	油 ごま油 ごま
22 火	牛乳 ひじきとおかかのご飯 ★れんこんサンドフライ 大根サラダ 味噌汁	まぐろ油漬 かつお節 れんこんサンドフライ 竹輪 生揚げ 味噌	牛乳 ひじき しらす干し	人参 水菜 かぼちゃ	大根 玉葱	ご飯 砂糖	ごま 油
24 木	牛乳 ご飯 鶏肉の唐揚げ ポテトソテー トマトスープ	鶏肉 ベーコン	牛乳	人参 いんげん 小松菜 トマト	生姜 にんにく 玉葱 エリンギ コーン かぶ 玉葱	ご飯 小麦粉 片栗粉 じゃがいも	油 バター
25 金	牛乳 麦ご飯 豚肉の生姜焼き 野菜炒め 味噌汁	豚肉 油揚げ 味噌	牛乳	葉ねぎ 人参 小松菜 葉ねぎ	にんにく 大豆もやし 生姜 にんにく 切り干し大根 たけのこ	ご飯 砂糖 澱粉	油 油
28 月	牛乳 麦ご飯 ★鯖の銀紙焼き 大根と豚バラ肉の煮物 すまし汁 いちご	鯖の銀紙焼き 豚肉 かまぼこ	牛乳	人参 小松菜	大根 根深ねぎ 生姜 しめじ 大根 いちご	麦ご飯 砂糖	油

・都合により献立を変更することがあります。
 ・献立名に★が付いている献立には加工品を使用しています。
 ・各料理の調味料やだし等については記載されていません。