



令和6年度2月学校給食献立表

江田島市学校給食共同調理場

日	曜	こ	ん	だ	て	おもなざいりょう									
						赤:おもに体をつくるものとなる		緑:おもに体の調子を整えるものとなる		黄:おもにエネルギーのものとなる					
						1群 魚・肉・卵・豆・豆製品	2群 牛乳・乳製品・小魚・海藻	3群 緑黄色野菜	4群 淡色野菜・果物・きのこ	5群 米・パン・めん・いも・砂糖	6群 油脂・種実				
3	月	ごはん	節分献立	いわしのかばやき	いわし	ぎゅうにゅう		しょうが	さとう	でんぶん	ごま				
4	火	ごはん	きなこあげパン(小学校)	クロワッサン(中学・分級)	かぼちゃのシチュー	フレンチサラダ	きなこ	ベーコン	ハム	にんじん かぼちゃ バセリ	たまねぎ しめじ	キャベツ きゅうり とうもろこし	さとう	あぶら	
5	水	ごはん	ちくぜんに	ごまずあえ	とりにく ちくわ	ハム		にんじん さやいんげん	れんこん ごぼう こんにゃく	キャベツ	じゃがいも さとう	さとう	あぶら		
6	木	ごはん	能美中3-2リクエスト献立	ブルコギ	ぶたにく			にんじん チンゲンサイ いら	にんにく たまねぎ エリンギ	とうもろこし きゅうり	じゃがいも	さとう	ごま ごまあぶら		
7	金	むぎごはん	江田島海自カレーの日	えたじまかいじカレー	ぎゅうにく			にんじん	にんにく しょうが たまねぎ		じゃがいも ミルクチョコレート	さとう	あぶら オリーブオイル		
10	月	わかめごはん	大橋中学校リクエスト献立	鮭のチーズフライ	さけのチーズフライ						キャベツ とうもろこし	さとう	あぶら		
11	火			建国記念の日											
12	水	ごはん	やきししゃも	れんこんとぶたにくのいためもの	なめこのみそしる	ぶたにく	とうふ あぶらあげ みそ	いら	しょうが にんにく れんこん たくあん	なめこ しろねぎ	さとう	ごまあぶら			
13	木	ごはん	おでん	はりはり漬け	とりにく なまあげ ちくわ	こんぶ	ちりめん こんぶ	にんじん	にんじん	こんにゃく だいこん	きりぼしだいこん キャベツ	じゃがいも さとう	さとう	あぶら	
14	金	ごはん	八宝菜	かいそうサラダ	ぶたにく えび いか		ツナ	にんじん チンゲンサイ	にんにく しょうが はくさい たまねぎ	きりぼし たけのこ やし	とうもろこし きゅうり	さとう	ごまあぶら		
17	月	げんまいごはん	食育の日	ワカサギのあまずづけ	フロッコリーのサラダ	じゃがいものみそしる	わかめ	にんじん ねぎ	しょうが	キャベツ きゅうり とうもろこし	だいこん とうもろこし	たまねぎ しめじ	じゃがいも	ごま オリーブオイル	
18	火	ごはん	きなこあげパン(中学・分級)	クロワッサン(小学校)	クリームシチュー	ささみのレモンあえ	きなこ	とりにく	ささみ	にんじん バセリ	にんじん	たまねぎ とうもろこし	きゅうり キャベツ レモン	さとう	あぶら
19	水	ゆでうどん	ごもくうどん	ひじきのごもくに	とりにく あぶらあげ	とりにく あげはん	ひじき	にんじん ねぎ	にんじん	しょうが ごぼう たまねぎ	しょうが れんこん えだまめ こんにゃく	じゃがいも さとう	さとう	ごまあぶら	
20	木	広島食材で頭が良くなり腸めし!	「ひろしま給食」メニュー	げんきサラダ	♡広レモ菜Miso Soup♡	クロダイ	かつおぶし やきぶた	にんじん	しょうが	キャベツ きゅうり とうもろこし	だいこん はくさい まいたけ レモン	ごま	さとう	あぶら	
21	金	ごはん	江田島中3-2リクエスト献立	とりのからあげ	ツナサラダ	わかめスープ	あじわいプリン(豆乳)	とりにく	ツナ	わかめ	にんじん	しょうが にんにく	キャベツ とうもろこし	たまねぎ	ごまあぶら ごま
24	月			振替休日											
25	火	ごはん	分級リクエスト献立	さけのマヨネーズやき	フロッコリーのおかか和え	あきのみかくじる	ドーナツ	さけ みそ	かつおぶし	とうふ みそ	にんじん ねぎ	たまねぎ	だいこん まいたけ たまねぎ	さとう	ごま
26	水	こがたリッチパン	ペンのミートソース	チーズサラダ	ぎゅうにく		チーズ	にんじん ピーマントマト	にんにく しょうが たまねぎ マッシュルーム	キャベツ きゅうり とうもろこし	さとう	さとう	あぶら		
27	木	ごはん	さばのあまずやき	ゆでやさい	だいこんのすましじる	さば	ちくわ あぶらあげ	わかめ	ねぎ	キャベツ	だいこん しいたけ	ごま	さとう	あぶら	
28	金	ごはん	おやこどんぶり	こんぶサラダ	とりにく かまぼこ たまご	やきぶた	こんぶ	ねぎ	にんじん	たまねぎ しいたけ	キャベツ だいこん	ごま	さとう	あぶら	

※材料の都合により、献立を変更することがあります。
※みなさまの給食費は、すべて食材料費に使用されています。

【今月の栄養摂取基準値】

	エネルギー(kcal)	たんぱく質(g)	食塩(g)		エネルギー(kcal)	たんぱく質(g)	食塩(g)
小学校	633	25.8	1.9	中学校	780	31.4	2.5



毎月19日は食育の日
旬の食材
・わかさぎ
・フロッコリー