

# 2月のよていさんだてひょう



せつぶん 節分にちなんで、まめりょうり 豆料理がたくさん登場します。とうじょう とうとう とうとう まめ た まめ けんこう 健康にすごしましょう。

月	火	水 1日	木 2日	金 3日 節分献立
<b>御嵩町産の食べ物</b> 		イタリアンサラダ (イタリアンドレ) ぶたにくとだいずのあげがらめ チキンライス 小644kcal 中771kcal	うめおかかあえ みそチキンカツ むぎごはん みぞれじる 小609kcal 中772kcal	せつぶんまめ かんてんの ごますあえ まるぼしいわしのからあげ むぎごはん としこしのおかず 小599kcal 中745kcal
6日	7日	8日 御嵩小希望献立	9日 野菜の日献立	10日
きんぴらごぼう さばのてりやき むぎごはん だいこんしる 小616kcal 中779kcal	そぼろごはんのぐ かぼちゃのてんぷら むぎごはん みたけみそみそしる 小644kcal 中819kcal	カクテルゼリー じゃがいものうまに ラーメン ハンバーグのてりやき 小750kcal 中874kcal	きりぼしだいこんのチャプチェ とりとポテトのレモンがらめ むぎごはん ほうれんそういりたまごスープ 小694kcal 中881kcal	にんじんサラダ (やさしいっばいわふうドレ) ポテトグラタン アルファベットくろコッパン スープ 小609kcal 中764kcal
13日	14日 鉄カル献立	15日	16日	17日
ひじきのにつけ とりにくのてりやき むぎごはん さわにわん 小598kcal 中764kcal	フルーツヨーグルト (ヨーグルトとまぜてたべよう) あげごぼう むぎごはん きりぼしだいこんいりカレー 小768kcal 中965kcal	ぶどうまめ ごへだ きつねうどん 小727kcal 中886kcal	だいこんとぶたにくのもの さけのマヨネーズやき むぎごはん あわせみそしる 小655kcal 中835kcal	グリーンサラダ (やさしいっばいわふうドレ) ブルーベリージャム ハーブチキン しょくパン ポークビーンズ 小677kcal 中835kcal
20日	21日	22日	23日	24日
うのはないり ししゃものカレーあげ むぎごはん とんじる 小641kcal 中796kcal	すのもの(あおじモデル) あつやきたまごのちんかけ むぎごはん すぎやき 小620kcal 中792kcal	もやしサラダ (リンコンジードレ) へごやまちゃタワー ミートソース ソフトめん 小698kcal 中838kcal	<b>てんのうたんじょうび 天皇誕生日</b> 	ごぼうサラダ (かおりごまドレ) ココアあげパン (小1 中2) ポトフ 小628kcal 中775kcal
27日 図書献立	28日 歯の日	27日 図書献立	9日 やさいの日	
きりぼしだいこんのはりはりづけ あげやき豆腐のにくみそかけ むぎごはん かきたまじる 小651kcal 中839kcal	ごまあえ ささみのレモンがらめ むぎごはん みそしる 小621kcal 中768kcal	<b>「おとうふやさん」</b> おとうふやさんで とうふ作りの見学できることになった みつちゃん。だいずのお豆は、どのようにとうふや、あげに変身するのでしょうか。	<b>「ほうれんそういりたまごスープ」</b> ほうれん草はカロテンがたっぷりの緑黄色野菜。食物せんいも多く、ヨーロッパでは「腎臓のほうき」ともよばれています。	

\*都合により、献立を変更することがあります。\* ○印は学校配送 \* 牛乳は毎日つきます。

令和5年2月 学校給食予定献立表

御嵩町学校給食センター

1日(水)	2日(木)	3日(金)	6日(月)	7日(火)	8日(水)	9日(木)	10日(金)	13日(月)	14日(火)	15日(水)
チキンライス	みぞれ汁	年越おかず	大根汁	御嵩みその味噌汁	ラーメンの汁	ほうれん草入り卵スープ	アルファベットスープ	さわにわん	切干大根入りカレー	きつねうどん
アルファ化米	だいこん	だいこん	だいこん	冷凍豆腐	豚もも肉	液卵	アフアベトスープ	だいこん	切干し大根	油あげ
鶏もも皮つき	糸かまぼこ	にんじん	にんじん	油あげ	ベーコン(豚)	でんぶん	たまねぎ	にんじん	じゃがいも	鶏むね皮つき
ワイン(赤)	たまねぎ	ごぼう	油あげ	わかめ(乾燥)	にんじん	たまねぎ	にんじん	えのきたけ	にんじん	鶏もも肉
たまねぎ	にんじん	焼き豆腐	糸かまぼこ	7里芋	ねぎ	ねぎ	キャベツ	ごぼう	たまねぎ	にんじん
にんじん	みつば	里芋	えのきたけ	10だいこん	20たまねぎ	20たまねぎ	10鶏むね皮つき	ねぎ	7ダイスチーズ	2たまねぎ
マッシュルーム	5フレーク節	2油あげ	2ねぎ	8ねぎ	5もやし(緑豆)	20ほうれんそう	10酒	0.6豚もも	8豚もも肉	23ねぎ
むき枝豆	5しょうゆ(うすく)	4.2和風だし	0.6しょうゆ(うすく)	4煮干し	3はくさい	25中華だし	1.5チキンコンソメ	1.5しょうゆ(うすく)	3サラダ油	0.4かまぼこ
ほうろこしホール	5和風だし	0.6糸昆布	1塩(並塩)	0.3和風だし	0.6煮干し	2.5しょうゆ(うすく)	0.5塩(並塩)	0.3塩(並塩)	0.3おろし生姜	0.5干しいたけ
サラダ油	1塩(並塩)	0.1しょうゆ(こいく)	5和風だし	0.5みたくみそ	5鳥がらすープ	1塩(並塩)	0.4こしょう(白)	0.1酒	1おろしにんにく	0.5しょうゆ(こいく)
洋風だし	1.3みそチキンカツ	みりん(本みりん)	2酒	1豆みそ	3.5中華だし	1.3こしょう(白)	0.03しょうゆ(うすく)	1.5和風だし	0.5ワイン(赤)	1.5しょうゆ(うすく)
塩(並塩)	0.8鶏むね皮なし	1切	2フレーク節	1.5かぼちの天アラ	しょうゆ(こいく)	6鶏むね皮つき	0.4じゃがいも	50こしょう(黒)	2.5塩(並塩)	0.5フレーク節
こしょう(白)	0.03酒	1こしょう(白)	1.5三温糖	0.6さば	1切	1鶏むね皮つき	0.05たまねぎ	20鶏肉のてりやき	0.02こしょう(白)	0.02和風だし
ケチャップ	1塩(並塩)	0.2こしょう(白)	0.2こしょう(白)	0.2小麥粉・薄力粉	5こしょう(白)	0.03こしょう(白)	0.02ベーコン(豚)	8鶏もも皮つき	1切	1.5五平餅
ソース(ワサビソース)	15塩(並塩)	1こしょう(白)	0.03九十九いわたのから揚げ	2ペーキングパウダー	0.03塩(並塩)	0.33酒	11わもろこしホール	6おろし生姜	1.5しょうゆ(こいく)	1.2こしょう(こいく)
豚肉と大豆のおげがらめ	小麦粉・薄力粉	4いわし丸干し	1尾	2大豆油	4ごま油	0.4酒	2でんぶん	6酒	2クチャップ	5五平餅
豚もも角切り	40液卵	3酒	8おろし生姜	0.3大豆油	1.8三温糖	2.4サラダ油	3こしょう(白)	0.02塩(並塩)	1.5ソース(中濃)	5.5しょうゆ(こいく)
塩(並塩)	0.1パン粉・乾燥	8でんぶん	2.2みりん(本みりん)	1.2そぼろごはんの具	1.2酒	1.2しょうゆ	3パン粉・乾燥	4でんぶん	1ルウ用小麦粉	4.6三温糖
こしょう(白)	0.02大豆油	4大豆油	2しょうゆ(こいく)	2.4鶏むね肉	30ハンバーグ	1こ	30チキンコンソメ	0.6しょうゆ(こいく)	1サラダ油	3.7酒
酒	1.5豆みそ	4.5寒天のごまずあえ	3三温糖	1.8三温糖	2.4サラダ油	1こ	30チキンコンソメ	1みりん	1サラダ油	3.7酒
でんぶん	5みりん(本みりん)	0.4寒天	0.5酒	1.2酒	1.2しょうゆ	3しょうゆ(こいく)	2.3パン粉・乾燥	4でんぶん	4純カレー	0.6みりん(本みりん)
小麦粉・薄力粉	0.5三温糖	4.5きゅうり	10おろし生姜	0.1しょうゆ(うすく)	3.6酒	1.2三温糖	2.6牛乳(調理用)	30みりん(本みりん)	0.5ローリエ	0.01
大豆(国産)乾	8ケチャップ	1キャベツ	20水	3おろし生姜	0.5みりん	1.8レモン・果汁・生	1ピザ用チーズ	10しょうゆ(こいく)	1.5揚げごぼう	1白すりごま
でんぶん	2水	4にんじん	8でんぶん	0.25にんじん	23三温糖	1.8おろしの(寒干)	0.1アルミカップ	3三温糖	1こ	40水
大豆油	2梅おこかあえ	1しょうゆ(うすく)	3きんぴらごぼう	みつば	5でんぶん	0.3切干大根のチャプチェ	1人参サラダ	2水	2でんぶん	5ぶどう豆
三温糖	2.1ほうれんそう	10酢・穀物酢	-1ごぼう	30炒り卵	20水	3豚もも肉	10にんじん	25ひじきの煮付け	小麦粉・薄力粉	1大豆(国産)乾
しょうゆ(こいく)	2.4キャベツ	23三温糖	1にんじん	7刻み生姜	1じゃが芋の旨煮	1おろし生姜	0.3きゅうり	5ひじき(干し)	3大豆油	18大豆
みりん(本みりん)	1.5もやし(緑豆)	20ごま油	0.5つきごんにゃく	10委託麦ご飯	じゃがいも	55おろしにんにく	0.3もやし(緑豆)	20干しいたけ	0.3しょうゆ(こいく)	2三温糖
水	2ゆかり粉	0.3すりごま	2赤ごんにゃく	5精白米(強化米)	1にんじん	10サラダ油	0.6鶏むね皮つき	5にんじん	10三温糖	3みりん(本みりん)
白いりごま(炒り)	1かつお節	1節分豆	1カットいんげん	5おおむぎ・米粒	1に	25切干し大根	8黒コッパン	5油あげ	5水	2パックうどん
イタリアンサラダ	しょうゆ(うすく)	1.7節分豆	1袋	0.4普通牛乳	鶏もも皮つき	25切干し大根	7黒さとうパン	1に	5白いりごま(炒り)	1うどん(給食用)1袋
キャベツ	30三温糖	0.5委託麦ご飯	しょうゆ(こいく)	2.7牛乳(普通牛乳)	1本	10つきごんにゃく	1.5普通牛乳	1.5普通牛乳	5フルーツヨーグルト	普通牛乳
にんじん	7委託麦ご飯	精白米(強化米)	1に	1	1	10サラダ油	1.8中華だし	2.3牛乳(普通牛乳)	5みかん(温州)缶詰	20牛乳(普通牛乳)
きゅうり	7精白米(強化米)	1におおむぎ・米粒	1に	1	1	1.7しょうゆ(こいく)	0.8にんじん	0.8赤ごんにゃく	0.5パルプアップル(缶詰)	20
イタリアンドレ	5おおむぎ・米粒	1に	1普通牛乳	0.6和風だし	0.6(8日つつき)	三温糖	1.8三温糖	1.8三温糖	2しょうゆ(こいく)	2黄桃缶
普通牛乳	普通牛乳	牛乳(普通牛乳)	1本	三温糖	1.8カカテルゼリー	20酒	0.5ごま油	0.6白すりごま	1ヨーグルト	1に
牛乳(普通牛乳)	牛乳(普通牛乳)	1本	(6日つつき)	0.01唐辛子(一味)	0.01ぶどう飲料	10和風だし	0.6白すりごま	1.5委託麦ご飯	0.8委託麦ご飯	2精白米(強化米)
			委託麦ご飯	すりごま	1中華そば	みりん(本みりん)	0.6委託麦ご飯	1に	1に	1に
			精白米(強化米)	1に	0.3中華そば	1袋	1に	1に	1に	1に
			おおむぎ・米粒	1に	1はるか(1/6カット)	普通牛乳	1に	1に	1に	1に
			普通牛乳	1本	1はるか	1に	1に	1に	1に	1に
			牛乳(普通牛乳)	1本	1に	1に	1に	1に	1に	1に
			牛乳(普通牛乳)	1本	1に	1に	1に	1に	1に	1に

16日(木)	17日(金)	20日(月)	21日(火)	22日(水)	24日(金)	27日(月)	28日(火)			
あわせ味噌汁	ボーケビーンズ	豚汁	すきやき	ミートソース	ココア揚げパン	かき玉汁	味噌汁	ぶどう果汁(国産)	黄桃	糖類(水あめ)
冷凍豆腐	20豚もも肉	20だいこん	20はくさい	52豚ひき肉	20コッパン	1こ	10冷凍豆腐	22砂糖・ぶどう糖果糖液糖	砂糖・ぶどう糖果糖液糖	糖類(砂糖)
油あげ	3ワイン(赤)	1にんじん	10にんじん	15たまねぎ	65大豆油	5	20油あげ	3砂糖 ぶどう糖	クエン酸	ブルーベリー
たまねぎ	10たまねぎ	45里芋	15かまぼこ	8にんじん	15ココア(ビュア)	1.3	20たまねぎ	20水溶性食物繊維	水	水
だいこん	15じゃがいも	35豚もも肉	15ねぎ	15ダイスチーズ	2砂糖・白糖	4.4	10えのきたけ	23水		
えのきたけ	10大豆(国産)乾	10冷凍豆腐	20赤ごんにゃく	20ケチャップ	14砂糖・粉糖	3	3カットわかめ	5ゲル化剤 香料		ゲル化剤(ペクチン)
カットわかめ	0.5にんじん	13ごぼう	8豚肩ロース	26トマトピューレ	16ボト		0.4えのきたけ	0.2クチナシ色素		酸味料
ねぎ	7トマトピューレ	6ねぎ	5牛(輸入肉)もも	20ソース(中濃)	5じゃがいも	30	12ねぎ	5クエン酸鉄Na		
フレーク節	2ケチャップ	8煮干し	2焼き豆腐	20洋風だし	0.3たまねぎ	40	0.5フレーク節	2		
和風だし	0.5おろし生姜	0.5和風だし	0.5えのきたけ	10チキンコンソメ	0.4にんじん	20	2和風だし	0.6		
豆みそ	4おろしにんにく	0.5豆みそ	8.5サラダ油	0.5塩(並塩)	0.8鶏むね肉	18	0.64豆みそ	8.5		
白みそ	4.5ルウ用小麦粉	3.5しんやものカレー揚げ	しょうゆ(こいく)	7こしょう(白)	0.02だいこん	25	1.5ささみのレモンがらめ	1.6		
鮭のマヨネーズ焼き	1切	1サラダ油	2尾	2.5サラダ油	0.2セロリ	2	0.47鶏ささ身(若鶏)	1		
さけ	1こしょう(白)	0.02小麦粉・薄力粉	2酒	1ルウ用小麦粉	0.1ローリエ	0.01	1酒	1.6		
塩(並塩)	0.4洋風だし	1でんぶん	2和風だし	0.8サラダ油	4こしょう(白)	0.04	1切	0.2		
こしょう(白)	0.03三温糖	1液卵	2厚焼き卵のあんかけ	0.8おろしにんにく	0.5塩(並塩)	0.35	4.2こしょう(白)	0.01		
酒	1.5ローリエ	0.01純カレー	0.1厚焼きたまご	1におろし生姜	0.5チキンコンソメ	1	0.4でんぶん	0.4		
ハンコックマヨネーズ	10ソース(ワサビソース)	2大豆油	2.2しょうゆ(うすく)	1.5ワイン(赤)	1ワイン(白)	1	2大豆油	3.2		
たまねぎ	10しょうゆ(こいく)	1酒の花いり	3三温糖	0.6三温糖	0.4サラダ油	1	8レモン・果汁・生	2.4		
黄ひまわり	5塩(並塩)	0.4おから	17酒	1植五山茶たふロー	ゴボウサラダ		2しょうゆ(うすく)	2.7		
牛乳(調理用)	2サラダ油	2おろし肉	8でんぶん	0.3大豆(国産)乾	15きゅうり	8	8三温糖	2.2		
アルミカップ	1枚	1ハーブチキン	8水	4でんぶん	1.5ごぼう	35	2酒	0.5		
大根と豚肉の煮物	鶏もも皮なし	1切	8酢の物	大豆油	1.5にんじん	5	1.5水	1.5		
だいこん	50塩(並塩)	0.2ねぎ	5カットわかめ	1三温糖	5	5	7ごま和え	5		
にんじん	7こしょう(白)	0.02油あげ	2きゅうり	30抹茶	0.6ミルクゼリー	5	0.1にんじん	5		
豚もも	18ワイン(白)	1サラダ油	1にんじん	5脱脂粉乳(輸入)	0.5ミルクゼリー	1に	6ほうれんそう	20		
サラダ油	0.5レモン・果汁・生	0.3三温糖	1.7青じそドレッシング	5水	1.2普通牛乳		2はくさい	40		
カットいんげん	5バジルホール	0.05しょうゆ(こいく)	2.7委託麦ご飯	もやしのサラダ	牛乳(普通牛乳)	1本	1白いりごま(炒り)	1		
ごんにゃく	10おろしにんにく	0.2酒	1精白米(強化米)	1こ	35		2切り干し大根	2		
三温糖	2.6オーリーブ油	3牛乳(調理用)	10おおむぎ・米粒	1に	5		10千切りたくあん	5		
酒	1.5グリーンサラダ	和風だし	0.4普通牛乳	こまつな	7		10三温糖	10		
しょうゆ(こいく)	4.2キャベツ	20酒乳オレンジ(1/6カット)	牛乳(普通牛乳)	1本	5		5紫芋チップス	5		
和風だし	0.5きゅうり	10清見オレンジ	1に	1に	5		5紫いもチップス	1袋		
水	4こまつな	7委託麦ご飯	1に	1に	1袋		2委託麦ご飯	2		
りんご(1/6カット)	1に	12精白米(強化米)	1に	1に	1に		2.6精白米(強化米)	1に		
りんご	1に	5おおむぎ・米粒	1に	1に	1に		2おおむぎ・米粒	1に		
委託麦ご飯	ブルーベリージャム	普通牛乳	普通牛乳	1本	1に		委託麦ご飯	1に		
精白米(強化米)	1に	ブルーベリージャム	1に	1に	1に		精白米(強化米)	1に		
おおむぎ・米粒	1に	食パン	1に	1に	1に		おおむぎ・米粒	1に		
普通牛乳	1に	食パン(給食用)	1枚	1に	1に		普通牛乳	1本		
牛乳(普通牛乳)	1本	普通牛乳	1本	1本	1本		牛乳(普通牛乳)	1本		

<学校給食の産地表示について>  
 米・・・岐阜県 牛乳・・・岐阜県 パン、麺・・・岐阜県及び輸入小麦粉 青果類等・・・町内産、岐阜、愛知、長野、北海道、青森、徳島、九州等  
 果物・・・熊本、愛媛、青森、長野、和歌山 食肉・・・岐阜、宮崎、オーストラリア 魚介類・・・北海道、千葉、ノルウェー  
 ☆学校給食に使われている岐阜県産農産物には「学校給食産地消推進事業」により、岐阜県、御嵩町、JA中央会から一部助成を受けています。