



# 2月給食献立表



3年生のリクエスト献立を給食委員  
が集計しました。

平成31年 給食回数 全19回

弥富中学校

曜日	献立名		主に体の組織を つくるもの(赤色)	主にからの調子を 整えるもの(緑色)	主にエネルギーに なるもの(黄色)	備考
1 金	ごはん 牛乳	いわしのかば焼き 高野豆腐の卵とじ 野菜と揚げ大豆の和え物	牛乳 いわし 卵 鶏肉 竹輪 凍り豆腐 大豆	しょうが 玉ねぎ にんじん ぶなしめじ 根みつば 白菜 ほうれん草	白飯 大豆油 三温糖 サラダ油	2月3日は節分! 節分献立
4 月	麦ごはん 牛乳	勝力レー (ロースカツ) イタリアンサラダ 良予感(いよかん)	牛乳 鶏肉 ロースカツ	玉ねぎ にんじん にんにく しょうが キャベツ 大根 ホールコーン いよかん	麦ごはん じゃがいも サラダ油 カレールウ 大豆油 イタリアンレタス	良い結果がでま すように! 受験応援献立
5 火	ごはん 牛乳	肉じゃが さばの梅風味焼き もやしとほうれん草のごま和え	牛乳 豚肉 さばの梅風味焼き	玉ねぎ にんじん さやいんげん もやし ほうれん草	白飯 じゃがいも 糸こんにゃく サラダ油 中ざら糖 上白糖 すりごま	
6 水	アルファ化米 牛乳	チキンライス コロック まめまめサラダ 野菜スープ	牛乳 鶏肉 コロック 大豆 青えんどう豆 赤いんげん豆 ひよこ豆 ミートボール	玉ねぎ グリルパスタ ホールコーン 小松菜 キャベツ にんじん	アルファ化米 マーガリン 大豆油 マヨネーズ 上白糖 じゃがいも	
7 木	ロールパン 牛乳	白身魚のフライ ハヤシチュー ツナサラダ	牛乳 ホキフライ 豚肉 まぐろ油漬	玉ねぎ にんじん トマト チンゲンサイ もやし 赤パプリカ	くろロールパン 大豆油 じゃがいも サラダ油 米粉パフ 三温糖	
8 金	ごはん 牛乳	回鍋肉丼 中華スープ フルーツ杏仁	牛乳 豚肉 豆みそ うずら卵 杏仁ゼリー	キャベツ 玉ねぎ にんじん しょうが にんにく 白菜 大根 干しいたけ パプリカ	白飯 サラダ油 上白糖 みかんゼリー	
12 火	中華め 牛乳	豚骨ラーメン ぎょうざ(3個) 切り干し ねぎ しょうが レモンゼリー	牛乳 豚肉 うずら卵 なんと ぎょうざ ささ身	もやし 玉ねぎ にんじん ねぎ 切干大根 きゅうり	中華めん こしょう ねりごま 三温糖 レモンゼリー	3年生リクエスト 4位 ラーメン
13 水	ごはん 牛乳	さんまのみぞれ煮 三色和え スタミナ団子汁 ヨーグルト	牛乳 さんまみぞれ煮 豚肉 白みそ ヨーグルト	白菜 小松菜 にんじん 大根 ぶなしめじ ねぎ キムチ	白飯 上白糖 餅	
14 木	ミルク ロールパン 牛乳	揚げパン(ココア味) クリームシチュー カラフルサラダ	牛乳 鶏肉	玉ねぎ にんじん 小松菜 キャベツ ほうれん草 ホールコーン	ミルクパフ 大豆油 グラニュー糖 純ココア じゃがいも サラダ油 米粉和えパフ サザンソドレッシング	3年生リクエスト 1位 揚げパン
15 金	ごはん 牛乳	大根のうま煮 揚げ豆腐はんぺん 白菜とキャベツの梅和え	牛乳 鶏ひき肉 はんぺん 揚げ豆腐はんぺん	大根 にんじん さやいんげん しょうが 白菜 キャベツ 乾燥梅干し	白飯 サラダ油 中ざら糖 でん粉 大豆油	
18 月	麦ごはん 牛乳	ミートボールカレーライス チキンカツ 白玉フルーツポンチ	牛乳 ミートボール チキンカツ	玉ねぎ にんじん にんにく しょうが パプリカ いちごゼリー レモン果汁	麦ごはん じゃがいも サラダ油 加えパフ 大豆油 白玉団子 蒲郡みかんゼリー 上白糖	3年生リクエスト 3位 カレーライス
19 火	アルファ化米 牛乳	五目ごはん 白糸タラの白しょうゆ焼き もやしとほうれん草のおかか和え 豚汁	牛乳 鶏肉 油揚げ 白糸タラの白しょうゆ焼き 糸切り本かつお 豚肉 豆腐 豆みそ	にんじん ごぼう ぶなしめじ ほうれん草 もやし 大根 ねぎ	アルファ化米 サラダ油 三温糖 上白糖 じゃがいも つきこんにゃく	
20 水	ごはん 牛乳	肉団子(3個) ひじきの炒め煮 里芋の白みそ汁	牛乳 ごぼう入りつくね 米ひじき まぐろ油漬 油揚げはんぺん 大豆 豆腐 わかめ 白みそ	ホールコーン さやいんげん 小松菜 にんじん	白飯 つきこんにゃく サラダ油 三温糖 里芋	
21 木	サンドイッチ パン 牛乳	照り焼きハンバーグ たまごサラダ コーンポタージュ 牛乳添加物(コーヒー)	牛乳 ハンバーグ 卵 生クリーム	りんごジュース にんにく しょうが キャベツ にんじん 玉ねぎ ホールコーン グリルコーン	サンドイッチ パン 上白糖 牛乳添加物(コーヒー)	今月の 弥富の野菜
22 金	ごはん 牛乳	麻婆大根 しゅうまい(3個) 春雨サラダ 蒲郡みかんゼリー	牛乳 鶏ひき肉 豆腐 豆みそ しゅうまい	しょうが にんにく 大根 にんじん 玉ねぎ ねぎ 小松菜 黄パプリカ	白飯 サラダ油 三温糖 でん粉 マロニー 蒲郡みかんゼリー	
25 月	ごはん 牛乳	揚げじゃがいものきんぴら さんまの煮付け キャベツの塩昆布和え	牛乳 鶏ひき肉 はんぺん さんまの煮付け 塩昆布	にんじん さやいんげん キャベツ もやし	白飯 じゃがいも 大豆油 サラダ油 つきこんにゃく 三温糖	小松菜
26 火	きしめん 牛乳	きしめん(つゆ) お好み焼き風つくね ゆかり和え りんご	牛乳 鶏肉 蒸しわかめ 油揚げ お好み焼き風つくね	ほうれん草 にんじん ねぎ 干しいたけ 白菜 大根 ゆかり粉 りんご	きしめん	
27 水	ごはん 牛乳	鶏肉のレモン風味焼き 切り干し大根の煮物 沢煮椀	牛乳 鶏肉 青のり粉 はんぺん 油揚げ 豚肉 豆腐	レモン果汁 切干大根 にんじん ごぼう 干しいたけ ねぎ	白飯 三温糖 つきこんにゃく	キャベツ
28 木	スライスパン 牛乳	フレンチトースト コーンスープ マカロニサラダ	牛乳 卵 鶏肉	玉ねぎ 白菜 にんじん ホールコーン グリルコーン キャベツ きゅうり	スライスパン マーガリン 三温糖 マカロニ マヨネーズ	大根

※献立は都合により変更する場合があります

3年生リクエスト「2位 から揚げ」は、3年生最後の給食で実施します。



お知らせ 2月3日(日)は、愛知県知事選挙です。(弥富市選挙管理委員会事務局)

