

2月の予定献立表

平成31年度

パ ン 牛 乳		給食回数 18回	給食目標 「あとしまつをきちんとしましょう」	立川市立第八小学校			
日 曜	月	給食	献立	ざいりょうのはたらき			※こんだてメモ
				ちからやねつに なるもと(き)	ちやにくに なるもと(あか)	からだのちょうしを とのえるもと(みどり)	
3	月	○	やまさかたつしやめし※ メルルーサのみそマヨネーズやき※ けんちんじる	こめ むぎ さつまいも あぶら さとう ★ごま ★マヨネーズ(ノンエッグ) さといも ★ごまあぶら	★いんようぎゅうにゆう にぼし ★だいたず メルルーサ ★みそ ★あぶらあげ	レモン たまねぎ ビーマン ごぼう にんじん だいこん こんにやく ねぎ こまつな	<p>2/3は断片です まめをまいたり、いわしのあたまをかざって、 じゃき(わるいもの)をおいほらします。</p> <p>※やまさかたつしやめしは、鹿児島地方の古い銀 錬法を山坂達者と呼んだことから名づけられた料 理のようです。 あげたさつまいも・だいたず・にぼしをあまからあ じにし、ごはんにかけたりよりります。 ※マヨネーズは、ノンエッグタイプをしようして います。</p> <p>※はるみは、かんきつけいのくだものです。</p> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; text-align: center;"> <p>今月の 立川産 しいたけ にんじん ねぎ だいこん ほうれんそう こまつな</p> </div> <p>1月のリクエストきゅうしょく 1/14のカレーうどん、スイートポテトは、それぞ れ3ねんせい、5ねんせいのリクエストきゅうしょく でした。 1がつのこんだてひょうにかきわすれて いました。ごめんさい。</p>  <p>2/15は開校記念日 (かいこうきねんび) です ※出世魚(しゅっせうお)のぶりでおいわいで す。</p> <p>※のみものセレクト 「りんごジュース」「コーヒーぎゅうにゆう」 「ぎゅうにゆう」から、すきなものをえらび ます。</p> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px;"> <p>オリバラきゅうしょく</p> <p>シンガポール シンガポールは、第1回ユースオリンピッ ク夏季大会開催地です。2010年に開催さ れました。 ユースオリンピックは、14~18歳を対象と したオリンピックです。</p> </div> <p>※はるかは、かんきつけいのくだものです。</p> <p>※とうにゆうプリンは、たまご・にゆうせいひん はしようしていません。</p>
4	火	まる パン	てりやきバーガー ~パンに、てりやきとやさいを、 はさんで食べます~ はくさいのクリームスープに はるみ※	★まるパン あぶら さとう でんぶん ★こむぎこ ★バター	★いんようぎゅうにゆう ★どりにく ★ペーコン ★ぎゅうにゆう ★なまクリーム	しょうが キャベツ にんじん たまねぎ はくさい ほうれんそう クリームコーンはるみ	
5	水	○	カレーライス ポイルやさい (わふうドレッシング)	こめ じゃがいも あぶら さとう ★ごま ★バター ドレッシング(わふう)	★いんようぎゅうにゆう ★ぶたにく ★ぶたにく ★チーズ わかめ	にんじん たまねぎ にんにく しょうが キャベツ ブロッコリー きゅうり とうもろこし	
6	木	○	なめし ずきやきふうにも こまつなのびたし	こめ じゃがいも さとう あぶら	★いんようぎゅうにゆう ★ぶたにく ★なまあげ ★あぶらあげ かつおぶしこ	にんじん ねぎ しらたき しいたけ こまつな しめじ キャベツ	
7	金	○	たまごチャーハン とうふのちゅうかに りんごゼリー	こめ あぶら ★ごまあぶら でんぶん ★りんごゼリー	★いんようぎゅうにゆう ★たまご ★ハム ★とうふ ★かまぼこ ★ぶたにく	ねぎ こねぎ にんじん チンゲンサイ はくさい たまねぎ エリンギ ねぎ しょうが	
10	あげ パン	○	ポーシチュ キャベツともやしのサラダ (ちゅうかドレッシング)	★コッパン あぶら さとう じゃがいも ★こむぎこ ★バター ★どれっしんぐ(ちゅうか)	★いんようぎゅうにゆう ★ぶたにく ★だいたず ★チーズ	にんじん たまねぎ にんにく マッシュルーム キャベツ きゅうり ★もやし とうもろこし	
12	水	○	ごはん さかなのたつたあげ しらたきのピリからいため とんじる	こめ でんぶん ★こむぎこ あぶら さとう ★ごまあぶら じゃがいも	★いんようぎゅうにゆう ★さば ★ぶたにく ★ぶたにく ★とうふ ★みそ	しょうが しらたき こねぎ にんにく ごぼう だいこん にんじん ほうれんそう こんにやく ねぎ	
13	木	○	とりしょうがそばろごはん てんぶん(ししゃも・ちくわ) じゃがいものみそしる	こめ あぶら さとう ★こむぎこ あぶら じゃがいも	★いんようぎゅうにゆう ★どりにく ★ししゃも あおのり ★ちくわ わかめ ★みそ	にんじん しょうが グリンピース たまねぎ さやえんどう	
14	金	○	やきそば ちゅうかたまごスープ チョコチップむしパン	★むしちゅうかめん あぶら でんぶん ★ホットケーキミックス さとう チョコレート	★いんようぎゅうにゆう ★ぶたにく ★どりにく ★たまご	キャベツ にんじん ビーマン たけのこ ねぎ チンゲンサイ しょうが	
17	月	○	ごはん ぶりだいこん※ はくさいのみそしる	こめ でんぶん あぶら さとう	★いんようぎゅうにゆう ぶり わかめ ★みそ	しょうが だいこん さやいんげん はくさい たまねぎ ねぎ	
18	火	○	ホイコーローどん ちゅうかスープ	こめ あぶら さとう でんぶん ★ごまあぶら	★いんようぎゅうにゆう ★ぶたにく ★みそ ★とうふ ★どりにく	たけのこ キャベツ ビーマン にんじん にんにく しょうが ねぎ はくさい チンゲンサイ	
19	水	○	かきたまうどん くきわかめのいために あべかわいも	★うどん あぶら でんぶん ★ごまあぶら さとう さつまいも あぶら	★いんようぎゅうにゆう ★たまご ★どりにく ★かまぼこ くきわかめ さつまいも ★きなこ	こまつな にんじん ねぎ こんにやく ★えだまめ	
20	木	○	きつねごはん つくねやき さつまじる	こめ さとう ★パンこ あぶら でんぶん じゃがいも	★いんようぎゅうにゆう ★あぶらあげ ★どりにく ひじき ★どりにく さつまいも ★とうふ ★みそ	にんじん しいたけ さやえんどう ごぼう れんこん ねぎ だいこん こんにやく	
21	金	○	ベーコンとごぼうのピラフ さわらのガーリックやき まめとやさいのスープに	こめ むぎ ★バター あぶら じゃがいも	★いんようぎゅうにゆう ★ペーコン さわら いんげんまめ	まいたけ ごぼう たまねぎ パセリ にんにく レモン こねぎ にんじん たまねぎ セロリー キャベツ	
25	ミルク パン	セ レ ク ト ※	にこみハンバーグ (じゃがいも、ブロッコリー) マカロニいりやさいスープ	★ミルクパン あぶら ★パンこ ★こむぎこ ★バター さとう フレンチフライポテト ★マカロニ	★いんようぎゅうにゆう ★ぶたにく ★どりにく ★とうふ ★ペーコン	たまねぎ にんにく マッシュルーム ブロッコリー キャベツ にんじん セロリー パセリ	
26	水	○	わかめごはん ぎせいとうふ みそしる	こめ あぶら さとう でんぶん	★いんようぎゅうにゆう わかめ ★とうふ ★たまご ★どりにく ★あぶらあげ ★みそ	しいたけ にんじん たけのこ たまねぎ だいこん こまつな ねぎ	
27	木	○	ハイナジューファン(チキンライス) こめこめんのスープ はるか※	こめ さとう こめこめん あぶら	★いんようぎゅうにゆう ★どりにく	しょうが にんにく たまねぎ ねぎ きゅうり にんじん しいたけ はくさい チンゲンサイ ねぎ はるか	
28	金	○	ちゅうかどん わかめスープ とうにゆうプリン※	こめ あぶら さとう ★ごまあぶら でんぶん ★とうにゆうプリン	★いんようぎゅうにゆう しいか なんと ★ぶたにく ★うずらたまご わかめ ★とうふ ★どりにく	たまねぎ にんじん きくらげ たけのこ はくさい チンゲンサイ さやえんどう ねぎ しょうが もやし	

★印はアレルギー物質を含んだ食品です。
今までに食べたことのない食品がある場合にはご注意ください。

*材料の都合により献立が変更になることもあります。
*主な食材の産地を裏面に公表しています。
*給食で使用した食材の放射能検査を行っています。
結果は立川市のホームページに公表しています。

中学年(3・4年生)	エネルギー	たんぱくしつ
今月の平均	624kcal	摂取エネルギー全体の 15%
国の基準	650kcal	摂取エネルギー全体の 13~20%

<保護者の皆様へ>
立川市では、食物アレルギーのある児童について、学校給食における食物アレルギー対応を行っています。食物アレルギーがある場合は、学校へお申し出くだ
さい。
アレルギー事故を未然に防ぐため、立川市の学校給食では「ピーナツ・くるみ・アーモンド・カシューナツ」は使用しません。ただし、加工品の場合、原材料に使用
されていなくても、同一工場内で、ナツ類を使用した製品を製造していることがあります。