



# 令和6年 2月給食献立予定表

大田学校給食共同調理場

日	曜	献立名	牛乳	主 な 材 料						エネルギー (kcal) たんぱく質 (g) 食塩相当量 (g)		
				<赤>体をつくる		<緑>体の調子をととのえる		<黄>熱ゆ力になる		小	中	
				1群 魚・肉・卵 豆・豆制品	2群 乳製品 小魚・海そう	3群 緑黄色野菜	4群 その他の野菜 果物	5群 米 パン めん いも・砂糖	6群 油脂			
1	木	抹茶蒸しパン	○	県産牛乳	抹茶			蒸しパンミックス 砂糖		567 20.6 1.9	777 27.2 2.4	
		和風スパゲティ		イカ まぐろ水煮	にんじん	ピーマ	玉ねぎ えのき しめじ にんにく	スパゲティ	油			
		うめサラダ		わかめ	にんじん	うめ干し キャベツ とうもろこし		ドレッシング				
2	金	<p style="text-align: center;"> <b>&lt;季節の行事 節分&gt;</b>            2月4日は立春、その前の日2月3日が節分です。節分は、字のとおり、「季節を分ける日」です。            山口県では、節分に大きな「くじら」を食べて成長を祈ります。         </p>										
		大豆ごはん	○	県産大豆 油揚げ	県産牛乳	にんじん	枝豆	市内産米 砂糖		633 32.8 3.5	813 41.1 4.5	
		くじらの一口カツ	くじら				片栗粉	揚げ油				
		こんにゃくのきんぴら	平天		にんじん	インゲン	美東ごぼう	こんにゃく 砂糖	油 ごま			
豆乳汁	県産豆乳 県産豆腐 麦みそ		にんじん	ねぎ	白菜 大根							
5	月	中学校は給食がありません。										
		麦ごはん	○	県産牛乳				市内産米 市内産麦		558 24.0 1.5	/	
		ホイコウロウ	ぶた肉 みそ		にんじん	玉ねぎ キャベツ けのこ	砂糖	油 ごま油				
ビーフンスープ	県産豆腐 たまご		にんじん	ほうれん草	白菜 大根	ビーフン	ごま油					
6	火	コッペパン マーシャルビーンズ	○	県産牛乳				県産コッペパン マーシャルビーンズ		638 26.3 3.0	786 32.5 3.8	
		カレースープ	ウインナー ぶた肉 レンズ豆		にんじん	フロック コリー	たまねぎ キャベツ	じゃがいも	油 カレールウ			
		ツナサラダ	まぐろ水煮	わかめ	にんじん	キャベツ		ドレッシング				
7	水	菜めし サケの塩焼き	○	サケ	県産牛乳	菜めしのもと		市内産米 市内産麦		520 26.1 2.1	703 34.8 2.8	
		ごま酢あえ			にんじん	もやし キャベツ	砂糖	ごま				
		のっぺい汁	油揚げ		にんじん	ねぎ	白菜 ごぼう 大根	里いも こんにゃく				
8	木	中学校3年生 リクエスト給食「とり肉のからあげ」 小学校 6年生が家庭科の学習で1食分の献立を作成しました。										
		麦ごはん ゆかりあえ	○	県産牛乳	にんじん	ゆかり	キャベツ もやし	市内産米 市内産麦		626 24.0 2.4	800 29.7 3.0	
		とり肉のからあげ	とり肉			にんにく しょうが	片栗粉	揚げ油				
さつまいものみそ汁	県産みそ 油揚げ	わかめ	にんじん	ねぎ	白菜 なめこ	さつまいも						
9	金	<p style="text-align: center;"> <b>&lt;こぶっちゃん給食 「秋吉台高原牛」&gt;</b> 国定公園「秋吉台」で肥育されています。  <b>&lt;2月9日は「ふくの日」&gt;</b> 山口県では、「ふく」と呼びます         </p>										
		麦ごはん	○	県産牛乳				市内産米 市内産麦		611 22.9 1.5	794 28.5 1.8	
		肉大根	秋吉台高原牛 厚揚げ		にんじん	大根	砂糖	油				
ふくなべ	県産ふく 県産豆腐		にんじん	ねぎ	白菜 ごぼう しめじ えのき	こんにゃく						
13	火	ミートパン (コッペパン・ミート)	○	秋吉台高原牛 ぶた肉 大豆ミート ひよこ豆 レンズ豆	県産牛乳	にんじん	ピーマ ントマト	玉ねぎ	県産コッペパン パン粉	油	631 30.7 2.1	743 36.7 2.6
		野菜スープ	とり肉		にんじん	ほうれん草	たまねぎ キャベツ とうもろこし	じゃがいも				
14	水	中学校3年生 リクエスト給食 「ニジマスのから揚げ」										
		麦ごはん ニジマスのから揚げ	○	県産牛乳 ニジマス				市内産米 市内産麦 片栗粉	揚げ油	666 33.4 2.2	810 38.2 2.8	
		ちくわと野菜のごま炒め	ちくわ		にんじん	キャベツ もやし とうもろこし		油 ごま				
キムチ汁	ぶた肉 県産豆腐 県 産みそ		にんじん	ねぎ	白菜 大根 キムチ ごぼう	里いも こんにゃく						

日	曜	献立名	主 な 材 料						エネルギー (kcal)		
			<赤>体をつくる		<緑>体の調子をととのえる		<黄>熱や力になる		たんぱく質 (g)	食塩相当量 (g)	
			1群 魚・肉・卵 豆・豆製品	2群 乳製品 小魚・海そう	3群 緑黄色野菜	4群 その他の野菜 果物	5群 米/パン/めん いも・砂糖	6群 油脂	小	中	
15	木	中学校3年生 リクエスト給食「ミルメークコーヒー」「カレー」									
		ミルメークコーヒー		県産牛乳				ミルメーク			
		ポークカレー	○	とり肉 ぶた肉 レンズ豆		にんじん コリコ	玉ねぎ グリンピース にんにく	市内産米 市内産麦 ジャがいも	油 カレールウ	664 24.3 2.2	838 29.8 2.7
		チーズサラダ		チーズ わかめ	にんじん	キャベツ		ドレッシング			
16	金	中学校3年生 リクエスト給食「チキンチキンごぼう」									
		小学校 6年生が家庭科の学習で1食分の献立を作成しました。									
		麦ごはん		県産牛乳				市内産米 市内産麦			
		チキンチキンごぼう	○	とり肉			美東ごぼう 枝豆	片栗粉 砂糖	揚げ油	647 30.6 1.8	828 38.4 2.5
19	月	もずくのみそ汁		ぶた肉 麦みそ	もずく	にんじん	白菜	ジャがいも			
		麦ごはん 蒸しシュウマイ		シュウマイ(ぶた肉)	県産牛乳			市内産米 市内産麦			
		キャベツのこんぶあえ	○		塩昆布		キャベツ			554 21.3 1.6	758 28.3 2.5
		春雨汁		とり肉		にんじん ほうれん草	玉ねぎ 白菜 大根	春雨			
20	火	中学校3年生 リクエスト給食「揚げパン」									
		きなこ揚げパン		きなこ	県産牛乳			県産コッパパン 砂糖	揚げ油		
		花野菜のシチュー	○	ぶた肉	県産牛乳	プロッコリー にんじん	カリフラワー 玉ねぎ 白菜	ジャがいも	シチュールウ 油	600 24.8 3.0	781 30.4 4.0
		ピーンズサラダ		大豆 白花生 金時豆 まぐろ水煮	わかめ	にんじん	キャベツ		ドレッシング		
21	水	<やまぐち郷土料理の日> 「けんちょう」									
		麦ごはん		県産牛乳				市内産米 市内産麦			
		けんちょう	○	豆腐 とり肉 油揚げ		にんじん	大根 干しいたけ	こんにゃく 里いも 砂糖	油	581 25.7 1.4	754 34.0 2.1
		ししゃもの塩焼き おかかあえ		花かつお	ししゃも	ほうれん草 にんじん	キャベツ もやし	砂糖			
22	木	中学校3年生 リクエスト給食「秋吉台高原牛の肉うどん」									
		ゆかりごはん		県産牛乳	ゆかり			市内産米 市内産麦			
		秋吉台高原牛の肉うどん	○	秋吉台高原牛 油揚げ		にんじん ねぎ	玉ねぎ 干しいたけ たけのこ	県産うどん 砂糖	油	582 21.9 2.7	755 27.3 3.6
		ひじきの煮物		とり肉	ひじき	にんじん インゲン	玉ねぎ	こんにゃく 砂糖	油		
26	月	麦ごはん		県産牛乳				市内産米 市内産麦			
		サバのホイル包み いそかあえ	○	サバ みそ	県産きざみのり	にんじん	キャベツ もやし	砂糖		677 27.4 2.7	802 31.4 3.1
		豆腐汁		県産豆腐	わかめ	にんじん	白菜 大根 えのき				
27	火	チーズハンバーガー (丸パン・ハンバーグ・ゆで野菜・チーズ)	○	ハンバーグ(ぶた肉・とり肉)	県産牛乳 チーズ	にんじん	キャベツ	県産コッパパン		642 32.7 3.3	829 41.9 4.4
		ポトフ		とり肉		プロッコリー にんじん	カリフラワー 玉ねぎ キャベツ	ジャがいも			
28	水	麦ごはん		県産牛乳				市内産米 市内産麦			
		マーボー大根	○	ぶた肉 秋吉台高原牛 大豆ミート 豆腐 みそ		にんじん ねぎ	大根 玉ねぎ たけのこ	砂糖 片栗粉	油	575 24.5 1.3	732 30.4 2.0
		白菜スープ		とり肉		ほうれん草 にんじん	白菜 しめじ とうもろこし				
29	木	<中学校 セレクト給食> 主菜とデザートを選択して食べます。									
		麦ごはん メンチカツ		メンチカツ(ぶた肉)	県産牛乳				市内産米 市内産麦	揚げ油	
		ソテー 豆乳キムチ汁	○	とり肉 豆乳 県産豆腐 麦みそ	ほうれん草	にんじん	キャベツ 切り干し大根 大根 白菜 キムチ ごぼう	こんにゃく	油	662 24.9 2.8	883 31.2 3.5
		<中>主菜とデザートの特選>		主菜				デザート			

\*材料の都合により、献立は一部変更になることがあります。

\*学校給食に使用している県産食材は「学校給食県産食材利用拡大事業」により、JA山口県、水産関係団体、山口県などから一部助成を受けています。

