



2024年2月分こんだて



瀬戸SOLAN小学校
(Sサイズ)

日	曜	材料名				
		メニュー	体をつくる	体の調子を整える	熱や力のもとになる	その他
1	木	ごはん 野菜肉巻き▲ 蒸しとうもろこし 和風スパゲティ▲ パンパンジー フルーツ	鶏肉 大豆粉	人参 インゲン キャベツ 玉葱 生姜	米 パン粉 砂糖 でん粉 水あめ とうもろこし スパゲティ 油 砂糖	醤油 塩 和風だし 醤油 塩 こしょう 中華味 醤油 酢
2	金	ごはん 一口白身魚フライ▲ ハムステーキ フロッコリソーテー 豆サラダ フルーツ	ホキ 青のり ハム 大豆 枝豆 シーチキン	ブロッコリー 人参 パイン缶	米 パン粉 小麦粉 砂糖 油 油 とうもろこし ノンエッグマヨネーズ	塩 中華味 塩 こしょう 塩 こしょう
5	月	ごはん 鶏の塩揚げ▲ 人参煮 野菜炒め ひじき煮 フルーツ	鶏肉 ひじき 油揚げ	生姜 にんにく 人参 キャベツ 人参 もやし 人参 インゲン みかん缶	米 砂糖 でん粉 コーンミール 小麦粉 油 砂糖 とうもろこし 油 砂糖	醤油 塩 香辛料 和風だし 醤油 中華味 塩 こしょう 和風だし 醤油
6	火	おにぎり 肉団子の甘酢あんかけ 竹輪の天ぷら▲ 枝豆 花がも煮 フルーツ	のり 鶏肉 豚肉 大豆粉 竹輪 青のり 枝豆 がんとどき 黄桃缶	玉葱 パセリ粉	米 じゃが芋 砂糖 でん粉 油 小麦粉 油 砂糖	塩 酢 醤油 香辛料 ケチャップ 塩 和風だし 醤油
7	水	炊込みごはん ソース豚カツ▲ 里芋煮 キャベツソテー フロッコリーの和え物 フルーツ	昆布 豚肉 大豆粉 花かつお	人参 レンコン 椎茸 蒟蒻 キャベツ 人参 玉葱 フロッコリー 人参 りんご	米 砂糖 油 パン粉 小麦粉 でん粉 油 砂糖 里芋 砂糖 油 砂糖	醤油 和風だし 塩 酢 塩 醤油 ソース 和風だし 醤油 中華味 塩 こしょう 醤油
8	木	ごはん 豚肉のピビンパ風 青菜ともやしのナムル 焼売▲ 大根と竹輪の煮物▲ フルーツ	豚肉 大豆たん白 味噌 豚肉 竹輪	玉葱 生姜 にんにく もやし 人参 小松菜 玉葱 大根 人参 インゲン 洋梨缶	米 砂糖 みりん 油 油 パン粉 でん粉 小麦粉 砂糖 砂糖	醤油 塩 こしょう 塩 和風だし 醤油
9	金	ごはん イカカツ▲ 高血圧 焼きうどん▲ オクラの煮込み フルーツ	イカ 青のり 花かつお	にんにく 南瓜 キャベツ 人参 オクラ 白桃缶	米 油 パン粉 小麦粉 でん粉 砂糖 うどん 油 砂糖 とうもろこし 砂糖	ゆかり粉 醤油 塩 和風だし 醤油 和風だし 醤油 和風だし 醤油
13	火	炊込みごはん(なめし) 野菜春巻き▲ さくら焼売▲ 春雨ソテー ツナサラダ・フルーツ 野菜ゼリー	鶏肉 豚肉 大豆 昆布 シーチキン	キャベツ 人参 玉葱 椎茸 インゲン 玉葱 生姜 玉葱 ビーマン キャベツ 人参 胡瓜 みかん缶	米 じゃが芋 春雨 油 小麦粉 でん粉 でん粉 パン粉 小麦粉 砂糖 春雨 油 ノンエッグマヨネーズ 野菜ゼリー	なめしの素 醤油 塩 白醤油 和風だし 中華味 醤油 塩 こしょう
14	水	枝豆ごはん ハート型トロッコ▲ たこイーター 青菜コンソテー ビーマンの肉味噌炒め フルーツ	枝豆 大豆たん白 ウィンナー 鶏肉 味噌	玉葱 ほうれん草 玉葱 ビーマン ハブリカ 白桃缶	米 じゃが芋 パン粉 砂糖 油 小麦粉 米粉 でん粉 油 砂糖	塩 酢 香辛料 中華味 塩 こしょう 醤油
15	木	ごはん ハンバーグオーロラソースかけ▲ コーンボール マカロニソテー▲ ジャーマンポテト フルーツ	鶏肉 牛肉 いととり ウィンナー	玉葱 玉葱 人参 ビーマン 玉葱 パセリ粉 りんご	米 パン粉 でん粉 砂糖 ノンエッグマヨネーズ とうもろこし でん粉 油 砂糖 マカロニ 油 砂糖 じゃが芋 油 砂糖	香辛料 ケチャップ 塩 ケチャップ 塩 こしょう 中華味 塩 こしょう
16	金	塩むすび 豚肉と厚揚げの和風炒め 海苔巻き塩揚げ▲ さつま揚げ煮 ごぼうサラダ フルーツ	豚肉 厚揚げ 大豆たん白 鶏肉 のり さつま揚げ さつま揚げ	玉葱 人参 ビーマン にんにく 生姜 にんにく ごぼう 人参 胡瓜 パイン缶	米 油 砂糖 みりん でん粉 小麦粉 砂糖 油 とうもろこし ノンエッグマヨネーズ	塩 和風だし 醤油 醤油 塩 みりん 香辛料 醤油 塩
19	月	ごはん タンダーチキン ハッシュポテト キャベツソテー 苎布と竹輪の酢の物▲ フルーツ	鶏肉 竹輪 苎布	にんにく キャベツ 人参 玉葱 胡瓜 みかん缶	米 じゃが芋でん粉 砂糖 じゃが芋 油 上新粉 油 砂糖	みりん 塩 こしょう カレー粉 中華味 塩 香辛料 中華味 塩 こしょう 酢 塩
20	火	炊込みごはん(ゆかり) 豚すき煮 焼き豆腐 枝豆 マカロニツナサラダ▲ フルーツ	豚肉 大豆たん白 豆腐 枝豆 シーチキン	白菜 玉葱 蒟蒻 胡瓜 人参 りんご	米 砂糖 油 砂糖 マカロニ ノンエッグマヨネーズ	ゆかり粉 和風だし 醤油 和風だし 醤油 塩 塩 こしょう
21	水	炊込みおにぎり サバの塩焼き さつま芋甘煮 金平レンコン ほうれん草チキンサラダ フルーツ	昆布 サバ 鶏肉	人参 レンコン 椎茸 蒟蒻 ほうれん草 玉葱 人参 パイン缶	米 砂糖 油 さつま芋 砂糖 砂糖 油 ノンエッグマヨネーズ	醤油 和風だし 塩 酢 塩 醤油 和風だし 醤油 塩 こしょう
22	木	おにぎり チキン南蛮▲ 粉引き手 もやし炒め 高野豆腐煮 フルーツ	のり 鶏肉 高野豆腐	生姜 にんにく 玉葱 パセリ粉 パセリ粉 もやし 人参 ビーマン 黄桃缶	米 小麦粉 でん粉 コーンミール 片栗粉 油 砂糖 ノンエッグマヨネーズ じゃが芋 油 砂糖	塩 和風だし 醤油 醤油 塩 こしょう 酢 香辛料 塩 中華味 塩 こしょう 和風だし 醤油
26	月	ごはん 豚肉のケチャップ炒め エビフライ▲○ フロッコリー カレーツナじゃが フルーツ	豚肉 大豆たん白 エビ シーチキン	キャベツ 玉葱 人参 ビーマン にんにく フロッコリー 玉葱 人参 インゲン 白桃缶	米 砂糖 パン粉 小麦粉 油 じゃが芋 砂糖	ケチャップ 醤油 中華味 塩 こしょう 塩 塩 和風だし 醤油 カレー粉
27	火	苎布ごはん 鶏肉の味噌焼き コーンボール 和風スパゲティ▲ 切干大根煮・フルーツ 米粉のスイートポテト	苎布ごはんの素 鶏肉 味噌 いととり 豆腐 海藻 大豆	にんにく 玉葱 ほうれん草 人参 切干大根 人参 インゲン りんご	米 じゃが芋でん粉 砂糖 とうもろこし でん粉 油 砂糖 スパゲティ 油 砂糖 砂糖 さつま芋 砂糖 米粉 ショートニング 油	みりん 塩 こしょう 醤油 塩 和風だし 醤油 塩 こしょう 和風だし 醤油 塩 寒天 香料
28	水	ごはん 豆腐ハンバーグ▲ おからポテト 焼きそば▲ フロッコリーサラダ フルーツ	豆腐 大豆たん白 ひじき 鶏肉 豚肉 おから 豆腐	キャベツ 玉葱 人参 生姜 キャベツ 玉葱 人参 フロッコリー 人参 洋梨缶	米 パン粉 砂糖 じゃが芋 でん粉 油 焼きそば麺 油 ノンエッグマヨネーズ	塩 醤油 香辛料 塩 香辛料 ソース 塩 こしょう 塩 こしょう
29	木	炊込みごはん(なめし) コーンコロッケ▲ ミートボール じゃが芋金平 青菜ソテー フルーツ	鶏肉 豚肉 大豆粉 ウィンナー	玉葱 人参 パセリ粉 ほうれん草 玉葱 パイン缶	米 とうもろこし じゃが芋 パン粉 砂糖 でん粉 小麦粉 油 じゃが芋 砂糖 でん粉 油 じゃが芋 油 砂糖 油	なめしの素 塩 こしょう 酢 醤油 香辛料 ケチャップ 和風だし 醤油 中華味 塩 こしょう

*食材料仕入れの都合により多少変更することがございます。

*アレルギー物質(特定原材料7品目)を含む献立は右の印にて表示しています。卵…● 乳…■ 小麦…▲ そば…▽ 落花生…◎ えび…○ かに…□