

2024年度2月 帝塚山学院小学校 予定献立表

給食場	1・6年生	1・6年生	1・6年生	1・6年生	2・4年生	2・4年生	2・4年生	2・4年生											
日・曜	3日(月)	4日(火)	5日(水)	6日(木)	7日(金)	10日(月)	11日(火)	12日(水)	13日(木)	14日(金)									
献立名	お弁当の日		ハヤシライス 切干大根とハムのサラダ 牛乳	ごはん 赤魚の煮つけ 厚揚げとニラのオイスターソース炒め かぼちゃとこんにやくのみそ汁 オレンジ	お弁当の日		憲法記念の日		カツカレー キャベツのごま和え 牛乳	ごはん 鶏のつくね焼き 小松菜とウインナーのソテー 豆腐となめこのみそ汁	ミートスパゲッティ ブロッコリーとコーンのサラダ 牛乳 マーブルブレッドチョコ								
材料名および使用量 (g)	精白米	67	黄	精白米	70	黄	精白米	67	黄	豚ヒレ50g	1枚	赤	精白米	67	黄	* スパゲッティ	57	黄	
	豚肉	65	赤	豚肉	45	赤	* 赤魚	1切	赤	塩	0.06	赤	鶏ひき肉	100	赤	合いびき肉	30	赤	
	玉ねぎ	25	緑	玉ねぎ	25	緑	酒	1.2	緑	こしょう	0.0	赤	玉ねぎ	15	緑	鶏ひき肉	15	赤	
	キャベツ	30	緑	マッシュルーム	5	緑	土生姜	9	黄	* 小麦粉	1.6	黄	ひじき	0.4	赤	赤ワイン	1	赤	
	ケチャップ	26	黄	にんじん	15	緑	酒	9	黄	* 卵液	5	赤	にんじん	10	緑	セロリ	4.5	緑	
	オリーブ油	1.3	黄	パイオン	3.3	緑	砂糖	1.7	黄	* パン粉	9	黄	しいたけ	0.8	緑	にんにく	0.1	赤	
	塩	1	黄	* ハヤシルウ	8	黄	みりん	1	黄	サラダ油	5	黄	* 卵液	4	赤	玉ねぎ	20	緑	
	こしょう	0.02	赤	* ビーフンチュールウ	8	黄	濃口しょうゆ	1.25	緑	合いびき肉	5	赤	塩	0.5	赤	にんじん	15	緑	
	ホールトマト	30	緑	ケチャップ	14	黄	ほうれん草	17	緑	濃口しょうゆ	30	緑	濃口しょうゆ	3	赤	オリーブ油	1.3	黄	
	ブロッコリー	10	緑	とんかつソース	0.5	黄	豚バラ	50	赤	にんにく	0.2	赤	みりん	1.5	黄	コーンスターチ	3	黄	
	ささがきごぼう	25	緑	砂糖	1	黄	* 厚揚げ	30	赤	かつお節	0.16	赤	マッシュルーム	10	緑	ケチャップ	30	黄	
	にんじん	10	緑	* グリンピース(冷凍)	2.4	緑	にら	3	緑	水	10	黄	砂糖	1	黄	おろししょうが	1	黄	
	水菜	15	緑	水	110	緑	にんじん	6	緑	砂糖	2	黄	おろししょうが	1	黄	酒	1.2	赤	
	コーン・冷凍	3	緑	切干大根	3	緑	チンゲンサイ	20	緑	こしょう	0.02	赤	にんにく	1	緑	コーンスターチ	1	黄	
	濃口しょうゆ	3.2	黄	きゅうり	7	緑	* オイスターソース	5	黄	なたね油	2	黄	刻みのり	0.35	赤	* ウスターソース	3	赤	
	砂糖	0.26	黄	にんじん	6	緑	酒	0.25	黄	塩	0.1	赤	塩	0.5	黄	* 粉チーズ	5	赤	
	* すりごま	1.6	黄	ハム	4	赤	砂糖	1.2	黄	こしょう	0.1	赤	ウインナー	15	赤	塩	1	黄	
	* マヨネーズ	10	黄	* すりごま	0.5	黄	濃口しょうゆ	0.6	黄	ブイヨン	1.6	緑	こまつな	40	緑	こしょう	0.5	赤	
	* あさり	3	赤	濃口しょうゆ	1.3	黄	サラダ油	0.5	黄	ケチャップ	2	黄	コーン・冷凍	5	緑	ブロッコリー	35	緑	
	にんじん	6	緑	* マヨネーズ	1/2大S	黄	かぼちゃ	20	緑	* カレールウ	12	黄	コーン・冷凍	5	緑	コーン・冷凍	5	緑	
大根	15	緑	砂糖	0.95	黄	サラダ油	0.5	黄	精白米	75	黄	サラダ油	0.5	黄	ケチャップ	2	黄		
長ネギ	10	緑	* 牛乳	1本	赤	突きこんにやく	8	黄	キャベツ	35	緑	塩	0.2	赤	* カレールウ	12	黄		
鶏ガラスープの素	2	黄				カットわかめ	0.7	赤	きゅうり	10	緑	こしょう	0.02	赤	精白米	75	黄		
塩	0.16	黄				だし昆布	0.42	赤	にんじん	10	緑	* 豆腐	15	赤	塩	0.13	黄		
酒	3CC	黄				かつお節	0.84	赤	なめこ	3	赤	なめこ	3	赤	こしょう	0.03	赤		
ごま油	1.5CC	黄				だしの素	1.4	黄	カットわかめ	0.5	赤	水	140	赤	* 牛乳	1本	赤		
						みそ	10	黄	みりん	0.6	黄	水	140	赤	* マーブルブレッドチョコ	1こ	黄		
						* オレンジ	1/4こ	緑	薄口しょうゆ	1.5	赤	みそ	10	黄					
									だし昆布	0.01	赤	だし昆布	0.65	赤					
									かつお節	0.02	赤	かつお節	2.08	赤					
									* 牛乳	1本	赤								
エネルギー	577kcal		エネルギー	653kcal		エネルギー	612kcal		エネルギー	643kcal		エネルギー	669kcal		エネルギー	534kcal		エネルギー	632kcal
中学年																			
	《旬》水菜			かぼちゃ、にんじんは ビタミンAが多い食品 です											つくねは1つずつ丸め て作ります				

赤:赤色の食品...体をつくるもとになるもの 黄:黄色の食品...熱や力になるもの 緑:緑色の食品...体の調子をととのえるもの *:アレルギーを含む食材



給食場	3・5年生	3・5年生	3・5年生	3・5年生	3・5年生	1・6年生	1・6年生	1・6年生	1・6年生	1・6年生
日・曜	17日(月)	18日(火)	19日(水)	20日(木)	21日(金)	24日(月)	25日(火)	26日(水)	27日(木)	28日(金)
献立名	ごはん 鯖の塩焼き 厚揚げと野菜のそぼろ煮 根菜のみそ汁	ごはん 豚バラのホイコーロー もやし中華和え チンゲン菜と椎茸の中華卵スープ	NEGロールパン 白菜とじゃがいものグラタン キャベツとにんじんのフレンチサラダ ウインナーとブロッコリーの洋風スープ りんご	ごはん 豚肉じゃが 小松菜とじゃこの炒め物 豆腐となめこのみそ汁	アメリカ ジャンバラヤ ベーコンスクランブルエッグ レタスとパプリカのマリネサラダ じゃがいもとしめじのコンソメスープ 牛乳	天竺誕生日の講習休日	大分県 トリニータ丼 ほうれん草の海苔あえ さつまいもとキャベツのみそ汁	ごはん カレイのフライ(トマトソース) 温野菜のみそソースがけ あさりのホワイトミネストローネ	NEG黒糖ロール チキンクリームシチュー オリジナルドレッシングサラダ 牛乳 ミルクココア液体	ごはん 豚の洋風生姜焼き ほうれん草とあげのおひたし 鶏ミンチと大根のスープ
材料名および使用量(g)	精白米 67 黄	精白米 65 黄	* NEGロールパン 1こ 黄	精白米 65 黄	精白米 68 黄		精白米 75 黄	精白米 67 黄	* NEG黒糖ロール 1こ 黄	精白米 67 黄
	* さば 1切 赤	豚バラ 70 赤	鶏ひき肉 30 赤	豚バラ 55 赤	カレー粉 0.4 黄		鶏ももこまぎれ 75 赤	* カレイ60g 1切 赤	鶏もも 65 赤	豚バラ 75 赤
	塩 0.6 赤	酒 0.7 赤	* マカロニ 15 黄	酒 1.2 黄	サラダ油 0.25 緑		にんにく 0.25 緑	塩 0.7 赤	にんにく 12 緑	玉ねぎ 45 緑
	酒 0.4 赤	キャベツ 45 緑	白菜 20 緑	* じゃがいも 35 黄	にんにく 1 赤		おろししょうが 1 赤	* 小麦粉 3 黄	玉ねぎ 30 緑	しめじ 8 緑
	レモン 1/10 緑	にんじん 8 緑	* じゃがいも 30 黄	にんじん 15 緑	鶏ひき肉 15 赤		にら 10 緑	* 卵液 4.25 赤	* じゃがいも 30 黄	塩 0.1 赤
	* 厚揚げ 35 赤	ピーマン 8 緑	玉ねぎ 15 黄	玉ねぎ 20 黄	赤ワイン 1 赤		刻みのり 0.8 赤	* パン粉 10 黄	ブロッコリー 15 緑	こしょう 0.02 緑
	豚ミンチ 10 赤	玉ねぎ 15 緑	サラダ油 0.5 黄	糸こんにやく 20 黄	マッシュルーム 10 緑		塩 0.3 赤	* サラダ油 5 黄	マッシュルーム 8 緑	おろししょうが 1.2 緑
	にんじん 15 緑	おろししょうが 1.8 赤	* ホワイトソース 15 黄	* グリンピース(冷凍) 2.4 緑	玉ねぎ 20 緑		こしょう 0.02 緑	ホールトマト 30 緑	白ワイン 0.13 赤	* アップルジュース 1 緑
	玉ねぎ 20 緑	にんにく 0.9 緑	* クリームシチューのルー 5 黄	なたね油 0.5 黄	にんじん 5 緑		酒 1 赤	玉ねぎ 15 緑	ブイヨン 1.2 緑	みりん 5 赤
	* じゃがいも 25 黄	八丁味噌 9 赤	* 牛乳 30 赤	砂糖 1 黄	セロリ 1.5 緑		コーンスターチ 3 黄	にんにく 0.02 緑	水 125 赤	濃口しょうゆ 7 赤
	* えだまめ・冷凍 10 緑	酒 6.7 黄	コーンスターチ 3 黄	みりん 0.5 黄	ピーマン 4 緑		* 小麦粉 3 黄	オリーブ油 1.5 黄	* クリームシチューのルー 16.3 赤	クラッシュトマト 20 緑
	ごま油 0.5 黄	砂糖 3.8 黄	* パン粉 1 黄	塩 0.1 黄	ケチャップ 13 赤		サラダ油 5 黄	塩 0.4 赤	* 牛乳 25 赤	* グリンピース(冷凍) 1.6 緑
	砂糖 1.7 黄	濃口しょうゆ 5.4 黄	パセリ・乾 0.02 緑	濃口しょうゆ 3 赤	塩 0.4 赤		砂糖 2.2 黄	こしょう 0.01 赤	塩 0.2 赤	ほうれん草 30 緑
	濃口しょうゆ 2.8 黄	穀物酢 2 赤	キャベツ 25 緑	薄口しょうゆ 3 赤	カレー粉 0.4 赤		濃口しょうゆ 4.5 黄	パセリ 0.02 緑	こしょう 0.02 赤	* 油あげ 3 赤
	コーンスターチ 2.5 黄	サラダ油 1 黄	にんじん 7 緑	水 30 赤	砂糖 0.3 黄		みりん 1.5 赤	* じゃがいも 30 黄	サラダ油 0.9 黄	にんじん 6 緑
	さつまいも 15 黄	* 緑豆もやし 30 緑	きゅうり 6 緑	だし昆布 0.15 赤	チリパウダー 0.04 赤		コーンスターチ 0.5 黄	にんじん 20 緑	レタス 15 緑	薄口しょうゆ 1.6 赤
	大根 10 緑	きゅうり 6 緑	コーン・冷凍 3 緑	かつお節 0.48 赤	* ベーコン 10 赤		ごま油 1 黄	カリフラワー 10 緑	ツナ缶 4.5 赤	みりん 1.6 赤
	ささがきごぼう 6 赤	にんじん 10 緑	穀物酢 2 赤	ごまつな 38 緑	* 卵液 45 赤		コチュジャン 0.1 赤	* さやいんげん 4 緑	きゅうり 8 赤	砂糖 0.8 黄
	水 140 赤	鶏ガラスープの素 1.2 赤	砂糖 0.2 黄	にんじん 6 赤	塩 1 赤		水 20 赤	玉ねぎ 20 緑	赤パプリカ・冷凍 3 緑	水 35 赤
	だし昆布 0.42 赤	濃口しょうゆ 1.8 赤	* 油あげ 0.2 赤	* 油あげ 3 赤	こしょう 1.5 黄		らっきょう 5 緑	みそ 4.5 赤	にんじん 2.9 緑	だし昆布 0.18 赤
かつお節 0.84 赤	ごま油 0.5 黄	こしょう 0.02 赤	* ちりめんじゃこ 5 赤	サラダ油 0.5 黄		ほうれん草 30 緑	* マヨネーズ 3.5 黄	* りんご 1.9 緑	かつお節 0.56 赤	
だしの素 1.4 赤	コチュジャン 0.1 赤	サラダ油 4.8 黄	* 白ごま 1.5 黄	きゅうり 18 緑		にんじん 4 緑	* 牛乳1L 3.75 赤	玉ねぎ 1.58 緑	鶏ひき肉 10 赤	
みそ 10 赤	チンゲンサイ 10 緑	ウインナー 4 赤	薄口しょうゆ 3 赤	レタス 12 緑		刻みのり 0.5 赤	* オリーブ油 3.25 黄	にんにく 0.06 緑	大根 12 緑	
	玉ねぎ 8 緑	ブロッコリー 15 緑	ごま油 1 黄	黄パプリカ・冷凍 5 緑		砂糖 1 黄	にんにく 0.3 緑	オリーブ油 4.2 黄	にんじん 6 緑	
	* しいたけ 5 赤	* 大豆(水煮缶詰) 4 赤	* 豆腐 15 赤	赤パプリカ・冷凍 5 緑		みりん 0.4 赤	キャベツ 10 緑	濃口しょうゆ 2.6 黄	鶏ガラスープの素 2.5 赤	
	* 卵液 25 赤	塩 0.4 赤	なめこ 3 緑	粒マスタード 1 赤		濃口しょうゆ 4 赤	にんじん 8 緑	穀物酢 2.1 黄	塩 0.2 赤	
	土生姜 3 緑	こしょう 0.01 赤	カットわかめ 0.5 赤	塩 0.3 赤		さつまいも 20 黄	* あさり 3 赤	砂糖 0.13 黄	こしょう 0.02 赤	
	にんにく 0.02 緑	薄口しょうゆ 1 赤	水 140 赤	ワインビネガー 2.5 黄		キャベツ 15 赤	* 大豆(水煮缶詰) 5 赤	濃口しょうゆ 0.13 黄		
	鶏ガラスープの素 2 赤	ブイヨン 2.5 赤	みそ 10 赤	はちみつ 2.3 黄		だし昆布 0.42 赤	5 緑	* ミルメークココア液体 1本 赤		
	水 120 赤	水 80 赤	だし昆布 0.65 赤	オリーブ油 4.3 黄		かつお節 0.84 赤	オリーブ油 0.5 黄			
	コーンスターチ 3 黄	オリーブ油 0.5 黄	* りんご 1/6 緑	玉ねぎ 12 緑		だしの素 1.4 赤	塩 0.7 赤			
	塩 0.5 赤			しめじ 7 緑		みそ 10 赤	こしょう 0.03 赤			
	砂糖 2 黄			* じゃがいも 15 黄			薄口しょうゆ 1 赤			
	薄口しょうゆ 0.8 赤			にんじん 5 緑			ブイヨン 2.5 赤			
	ごま油 0.5 黄			ブイヨン 2.5 赤			水 120 赤			
	白ごま 2 黄			濃口しょうゆ 4 赤						
				パセリ・乾 0.02 赤						
				サラダ油 0.5 黄						
				* 牛乳 1本 赤						
エネルギー	523kcal	エネルギー 644kcal	エネルギー 433kcal	エネルギー 560kcal	エネルギー 598kcal	エネルギー 604kcal	エネルギー 530kcal	エネルギー 579kcal	エネルギー 594kcal	
中学年		キャベツ、ピーマンはビタミンCが多い食品です		豆腐、小松菜はカルシウムが多い食品です	ジャンバラヤはアメリカ南部のルイジアナ州の料理。香辛料を使った焼き込みご飯です		トリニータ丼は、サッカーの大分トリニータと鶏・ニラをかけた料理		牛乳にミルメークを入れて飲みましょう	

赤:赤色の食品・・・体をつくるものになるもの 黄:黄色の食品・・・熱や力になるもの 緑:緑色の食品・・・体の調子をととのえるもの *:アレルギーを含む食材