



2月 給食食材確認書



横浜ひなたやま支援学校

日	曜	献立名	材 料 と 体 内 で の 働 き			栄 養 価	
			熱や力になるもの	血や肉になるもの	体の調子を整えるもの	たんぱく質	脂質
3	月	ごはん 牛乳 イワシのゆずみそ煮 もやしのあえもの 節分汁（鬼除け汁）	精白米 三温糖 さといも 油	牛乳 いわし 大豆 豚肉	にんじん 長ねぎ もやし だいこん ごぼう こまつな	775Kcal 42.7g	22.6g 2.0g
4	火	スパゲッティみそソース 牛乳 海藻サラダ	スパゲッティ 油 三温糖 小麦粉 上白糖	牛乳 豚肉 海藻ミックス	たまねぎ にんじん セロリー しょうが にんにく グリーンピース キャベツ きゅうり	737Kcal 33.9g	24.0g 2.8g
5	水	豚丼 牛乳 野菜の磯辺あえ じゃがいものみそ汁	精白米 油 じゃがいも 三温糖	牛乳 豚肉 油揚げ わかめ 焼きのり	たまねぎ しょうが にんにく 長ねぎ にんじん もやし ほうれんそう	756Kcal 39.1g	20.7g 2.9g
6	木	ごはん 牛乳 ブルコギ たまごスープ	精白米 三温糖 でんぷん ごま油 油	牛乳 豚肉 鶏卵	たまねぎ にんじん しょうが にんにく 長ねぎ ピーマン もやし しめじ 干しいたけ ほうれんそう	718Kcal 33.5g	19.8g 2.1g
7	金	ロールパン 牛乳 鶏肉のてりやき キャベツとコーンのソテー 野菜スープ	パン 三温糖 油 じゃがいも	牛乳 鶏肉 ベーコン	キャベツ にんじん たまねぎ とうもろこし しょうが こまつな	712Kcal 32.4g	33.2g 3.0g
10	月	【神奈川県産品デー】 県産ポークカレーライス 牛乳 県産ポーク豚汁	精白米 油 じゃがいも カレールウ さといも	牛乳 豚肉	たまねぎ にんじん しょうが にんにく グリーンピース だいこん 長ねぎ ごぼう こまつな	810Kcal 34.7g	22.9g 3.0g
12	水	ごはん 牛乳 鶏肉と根菜の甘辛煮 かぼちゃのみそ汁	精白米 油 つきこんにゃく 三温糖	牛乳 鶏肉	たまねぎ にんじん だいこん たけのこ ごぼう さやいんげん こまつな かぼちゃ 干しいたけ	720Kcal 29.5g	19.3g 2.6g
13	木	ごはん 牛乳 魚の南部焼き ひじきの煮物 のっぺい汁	精白米 でんぷん 三温糖 白ごま 黒ごま じゃがいも つきこんにゃく	牛乳 さわら ひじき 油揚げ ちくわ	さやいんげん だいこん にんじん 長ねぎ ごぼう	710Kcal 33.5g	18.7g 2.5g
14	金	ロールパン 牛乳 白菜のクリーム煮 ささみのサラダ	パン 小麦粉 バター 油 じゃがいも	牛乳 鶏肉 ベーコン	はくさい にんじん たまねぎ とうもろこし きゃべつ こまつな きゅうり	723Kcal 33.6g	31.4g 2.9g
17	月	ハヤシライス 牛乳 野菜のごまドレッシングあえ	精白米 小麦粉 じゃがいも 油 バター 上白糖 ごま	牛乳 豚肉	たまねぎ にんじん トマト キャベツ グリーンピース もやし きゅうり	751Kcal 28.2g	21.6g 2.4g
18	火	スパゲッティミートソース 牛乳 フレンチサラダ	スパゲッティ 油 上白糖 小麦粉	牛乳 豚肉	たまねぎ にんじん セロリー トマト キャベツ きゅうり にんにく	733Kcal 33.2g	24.8g 1.7g
19	水	ごはん 牛乳 鶏肉のピリ辛焼き 野菜のナムル たまねぎのみそ汁	精白米 ごま油 三温糖	牛乳 鶏肉 油揚げ	たまねぎ にんじん だいこん 長ねぎ もやし こまつな しょうが にんにく	732Kcal 32.6g	24.7g 2.7g

日 曜	献 立 名	材 料 と 体 内 で の 働 き			栄 養 価			
		熱や力になるもの	血や肉になるもの	体の調子を整えるもの	1杯 - たんぱく質	脂質 食塩相当量		
20	木	ごはん 牛乳 肉じゃが かぶのみそ汁	精白米 油 三温糖 じゃがいも つきこんにゃく	牛乳 豚肉 油揚げ わかめ	にんじん たまねぎ さやいんげん はくさい かぶ	736Kcal 32.6g	19.5g 2.9g	
★	21	金	きなこあげパン 牛乳 鶏肉と野菜のスープ煮 切干大根のサラダ	コッペパン 油 グラニュー糖 ごま 上白糖 じゃがいも	牛乳 鶏肉 きな粉	キャベツ たまねぎ にんじん セロリー コーン グリーンピース 切干大根 ほうれん草	740Kcal 29.8g	32.8g 2.7g
25	火	五目うどん 牛乳 ささかまぼこの磯辺揚げ 野菜のごま酢あえ	ソフトめん 油 三温糖 でんぶん 小麦粉 ごま 上白糖	牛乳 鶏肉 あおのり ささかまぼこ 油揚げ なた	にんじん だいこん 長ねぎ はくさい キャベツ もやし ほうれん草 こまつな	799Kcal 42.0g	21.5g 2.9g	
26	水	ごはん 牛乳 回鍋肉 中華スープ	精白米 油 三温糖 でんぶん ごま油 ごま	牛乳 豚肉	キャベツ にんじん 長ねぎ ピーマン 干しいたけ たまねぎ しょうが もやし にんにく ちんげんさい	703Kcal 31.9g	20.1g 2.3g	
27	木	ごはん 牛乳 さばのごまみそ焼き 野菜のおかかあえ いも煮汁	精白米 三温糖 ごま さといも こんにゃく	牛乳 さば かつお節 豚肉	キャベツ にんじん こまつな もやし まいたけ 長ねぎ	781Kcal 32.5g	29.9g 2.0g	
☘	28	金	ロールパン 牛乳 ハンバーグトマトソース フレンチサラダ コーンスープ ふじりんごゼリー	パン 油 バター 小麦粉 上白糖	牛乳 豚肉 鶏肉	たまねぎ にんじん きゅうり トマト とうもろこし パセリ キャベツ	805Kcal 27.8g	34.0g 3.8g

*学校行事や食材料の関係で献立が変更になることもありますので御了承ください。

🍡 3日: 節分にちなんだ献立です。今年の節分は2月2日です。節分には邪気払いや無病息災を願い、いわしを食べる風習があり、また、豆まきをしたり大豆を食べたりします。給食でも、いわしと大豆を使っています。

★21日: 2年生フードサービスユニットの手作りコッペパンを、給食室で『きな粉揚げパン』にします。

☘28日: 3年生テーブルマナー献立です。

2月17日（月）～3月21日（金）の欠食届は2月6日（木）までに御連絡ください。

令和 年 月 日
2月の献立表を確認しました。

保護者氏名 _____ (印)