



令和6年 2月分献立表



豊川市学校給食課(学校給食センター)

日 曜	献立名	主な食品とその働き						メモ欄
		赤/体を作る		緑/体の調子を整える		黄/エネルギーになる		
		1群 魚・肉・卵 大豆・大豆製品	2群 牛乳・乳製品 小魚・海藻	3群 緑黄色野菜	4群 その他の野菜・果物・きのこ	5群 米・パン・めん いも・砂糖	6群 油脂・種実	
1 木	麦ごはん 牛乳 五目きんぴら いわしのかば焼き丼 海そうサラダ せつぶん豆	香味塩ドレッシング	ぶた肉 揚げはん いわし 大豆	牛乳	にんじん さやいんげん こんにゃく れんこん ごぼう おろししょうが コーン きゅうり こんにゃく寒天	ごはん 大麦 さとう さとう でんぷん 米粉 香味塩ドレッシング	油 香味塩ドレッシング	せつぶん献立 いわしのかば焼き丼: 麦ごはんいわしの かば焼きをのせて食 べましょう。
2 金	ごはん 牛乳 生揚げのみそ煮 とりのてり焼き やさしい炒め		冷凍生揚げ 赤みそ とり肉	牛乳	にんじん だいこん しいたけ こんにゃく 根深ねぎ おろししょうが	ごはん さとも さとう さとう でんぷん	油 油	豊川産根深ねぎの日
5 月	ごはん 牛乳 けんちん汁 きんぴらの包み焼き きゅうりの塩こんぶあえ 型ぬきチーズ		とうふ とり肉 とうふ とり皮	牛乳	にんじん はねぎ にんじん だいこん 干しいたけ こんにゃく たまねぎ ごぼう しょうが キャベツ きゅうり しょうが	ごはん さとう 油 ごま		
6 火	五こくごはん はっこう乳 キーマカレー ハートのパンキンコロッケ キャベツとコーンのソテー		ぶた肉 とり肉	牛乳	にんじん 冷凍トマト ピーマン かぼちゃ	ごはん 大麦 発芽玄米 黒米 もちきび 赤米	油 油 油	はっこう乳:学校配送
7 水	ごはん 牛乳 おでん にしんの塩焼き ごまあえ		揚げはん うずらたまご にしん	牛乳	にんじん だいこん こんにゃく	ごはん さとも		
8 木	ロールパン 牛乳 ほたて入り米粉のクリームシチュー ハンバーグのケチャップソースかけ コーンときゅうりのサラダ	コーンドレッシング	ほたて 豆乳 とり肉 ぶた肉	牛乳	にんじん ブロッコリー たまねぎ はくさい たまねぎ コーン キャベツ きゅうり	ごはん ロールパン	油 油 コーンドレッシング	
9 金	ごはん 牛乳 いりどり さんまのみぞれ煮 お好みあえ 【福神漬】		とり肉 さんま	牛乳	にんじん さやいんげん [しそ]	ごはん さとう さとう でんぷん	油	
13 火	ソフトめん 牛乳 ミートソース えだ豆とコーンのソテー りんご		ぶた肉 カットウインナー	牛乳	にんじん 冷凍トマト たまねぎ コーン むきえだ豆 りんご	ソフトめん	油 油	
14 水	ごはん 牛乳 なめこ汁 さけメンチカツ ひじきの煮付け		とうふ 赤みそ 白みそ さけ たら	牛乳	はねぎ たまねぎ だいこん なめこ たまねぎ こんにゃく れんこん	ごはん さとも パ粉 でんぷん 小麦粉 さとう さとう	油 油	
15 木	ごはん 牛乳 すきやき 厚焼きたまご れんこんのおかか炒め		牛肉 なたまき 冷凍生揚げ 鶏卵	牛乳	にんじん おろししょうが たまねぎ こんにゃく はくさい 根深ねぎ	ごはん さとう さとう でんぷん	油 油	豊川産根深ねぎの日
16 金	ごはん 牛乳 わかめスープ あじ入りさんが焼き ピリ辛丼		とうふ あじ みそ ぶた肉	牛乳	にんじん ねぎ たまねぎ ごぼう たけのこ おろししょうが こんにゃく エリンギ 根深ねぎ	ごはん でんぷん さとう さとう でんぷん	油 油	豊川産根深ねぎの日 ピリ辛丼:ごはんにピ リ辛丼の具をのせて 食べましょう。
19 月	ごはん 牛乳 中華スープ ぶた肉のかき油炒め ネーブルオレンジ アーモンド小魚		なたまき とうふ ぶた肉	牛乳	にんじん チンゲンサイ たけのこ ネーブルオレンジ	ごはん さとう でんぷん	油 油	豊川産根深ねぎの日
20 火	ごはん 牛乳 かきたま汁 たらのフライ ポイルキャベツ	パックソース	とうふ 液卵 たら	牛乳	にんじん みつば たまねぎ えのきたけ キャベツ	ごはん でんぷん パ粉 小麦粉 さとう でんぷん 油		
21 水	ごはん 牛乳 じゃがいものふくめ煮 愛知のれんこん入りつくね(㊸2こ・㊸3こ) 切り干しだいごんのサラダ	ごまドレッシング	揚げはん とり肉	牛乳	にんじん さやいんげん たまねぎ こんにゃく れんこん たまねぎ しょうが 切り干しだいごん コーン きゅうり	ごはん じゃがいも さとう でんぷん さとう	油 ごまドレッシング	
22 木	中華めん 牛乳 とんこつしょうゆラーメン ぎょうざ(㊸2こ・㊸3こ) ポイルもやし	パックしょうゆ	なたまき ぶた肉	牛乳	にんじん チンゲンサイ にら キャベツ たまねぎ にんにく もやし	中華めん でんぷん パ粉 でんぷん さとう 小麦粉 油		
26 月	麦ごはん 牛乳 米粉のハヤシライス オムレツ キャベツソテー		ぶた肉 豆乳 鶏卵	牛乳	にんじん 冷凍トマト たまねぎ マッシュルーム キャベツ	ごはん 大麦 じゃがいも さとう でんぷん	油 油 油	
27 火	ごはん 牛乳 ツナと大豆の煮付け ちくわのいそげ揚げ(㊸1,2年1こ・その他2こ) いちご(2こ)		まぐろ油漬 水煮大豆 ちくわ	牛乳	にんじん さやいんげん ごぼう れんこん こんにゃく いちご	ごはん さとう 米粉	油	豊川産いちごの日
28 水	ごはん 牛乳 マーボー豆腐 しゅうまい(㊸2こ・㊸3こ) もやしのナムル		ぶた肉 冷凍とうふ 赤みそ ぶた肉 とり肉 たら	牛乳	はねぎ おろししょうが たまねぎ たまねぎ にんじん ほうれんそう もやし にんにく	ごはん さとう でんぷん でんぷん パ粉 さとう 小麦粉 さとう	油 油 油	
29 木	㊸ごはん ㊸赤はん 牛乳 ゆばのすいもの とりのから揚げ 赤しそあえ 【赤しそ粉】 ㊸ミニゼリー(洋なし) ㊸米粉のいちごクレープ		かまぼこ とうふ ゆば とり肉	牛乳	にんじん みつば たまねぎ えのきたけ おろししょうが 赤しそ粉 【赤しそ】 洋なし 洋なし果汁 いちご いちご果汁	㊸ごはん ㊸ごはん・もち米・あずき 米粉	油	中学校お祝い献立 ㊸米粉のいちごクレープ: 学校配送

●献立表の㊸は小学校、㊹は中学校です。 ●食物アレルギーの確認は加工食品アレルギー表示表をご覧ください。 ●太字は愛知県で作られた食品です。
●調味料やだし等については予定献立表をご覧ください。 ●都合により献立及び食品を変更する場合があります。

給食レシピの紹介 ピリ辛丼

〈材料(4人分)〉
 ・サラダ油 …………… 小さじ1/2
 ・トウバンジャン …………… 少々
 ・おろししょうが …………… 2g
 ・ぶたもも肉 …………… 160g
 ・酒 …………… 小さじ1
 ・突きこんにゃく(下ゆで) …… 60g
 ・エリンギ(太めのせん切り) …… 32g
 ・根深ねぎ(小口0.5cm) …… 40g
 ・さとう …………… 大さじ1/2弱
 ・コチュジャン …………… 少々
 ・みりん …………… 小さじ1弱
 ・しょうゆ …………… 小さじ2
 ・でんぷん …………… 小さじ1弱

〈作り方〉
 ①フライパンにサラダ油を熱し、トウバンジャンとおろししょうがを炒めて香りを立てる。
 ②酒をふたぶたもも肉を炒め、こんにゃく、エリンギ、根深ねぎを加えてさらに炒める。
 ③根深ねぎがしんなりしてきたらAの調味料を加える。
 ④水溶きでんぷんでとろみをつけて仕上げる。

2月の「豊川産〇〇の日」

豊川でつくられた食材です！



子どもからお年寄りまで笑顔にするイチゴをワクワクしながら作っています。



豊川市金沢町 藤谷 公治さんです。



〇いなりん 学校給食課
 予定献立表・加工食品アレルギー表示表・給食レシピ・食材産地などは豊川市学校給食課のホームページでご覧いただけます。

毎月19日は「食育の日～うちでごはんの日～」です