



# 2024年 2月 給食だより



魚津市  
学校給食  
センター  
HP →



\* そば、生卵、ピーナッツ、くるみ、いくら、キウイフルーツは、魚津市の学校給食には使用しません。

予定献立名		使用する食品名			
		(赤)おもに体をつくる	(緑)おもに体の調子を整える	(黄)おもにエネルギーのもとになる	
1 木	ライむぎ コッペパン 牛乳	コーンのキャベツあげ ナタデココいりフルーツポンチ しろねぎのクリームに	牛乳 すりみ だっしふんにゆう	とうもろこし キャベツ <b>ねぎ</b> しょうが パインアップル もも たまねぎ <b>にんじん</b> ナタデココ みかん	パン らいむぎ こむぎこ あぶら でんぶん パンこ さとう こめこ ルウ <b>さつまいも</b> じゃがいも
2 金	ごはん 牛乳	いわしのうめに こまつなのごまあえ のっぺいじる せつぶんおやきまんじゅう	牛乳 いわし <b>みそ</b> <b>かまぼこ</b> うすあげ こんぶ いんげんまめ だいず たまご	うめ キャベツ <b>こまつな</b> とうもろこし <b>にんじん</b> だいこん <b>れんこん</b> <b>しいたけ</b> <b>ねぎ</b>	<b>ごはん</b> さとう でんぶん ごま さといも こんにやく みずあめ こむぎこ あぶら
5 月	はつがげんまいり ごはん 牛乳	あげどうふのなっとうにくみそがけ おひたし はくさいなべ	牛乳 とうふ なっとう だいずこ <b>あかみそ</b> ぶたにく <b>みそ</b> <b>かまぼこ</b> やきどうふ こんぶ	しょうが <b>ねぎ</b> <b>こまつな</b> もやし きりほしだいこん <b>にんじん</b> <b>はくさい</b> <b>しいたけ</b> <b>きくらげ</b>	<b>ごはん</b> はつがげんまいり こめこ あぶら さとう ごまあぶら ごま こんにやく でんぶん
6 火	ごはん 牛乳	さけのみそマヨネーズやき ほたるいかいりトマトクリームパスタ だいこんスープ	牛乳 さけ <b>みそ</b> <b>ほたるいか</b> ぶたひきく チーズ きめあつあげ なまクリーム	たまねぎ ピーマン トマト <b>にんじん</b> だいこん <b>ねぎ</b>	<b>ごはん</b> ノンエッグマヨネーズ ペンネ <b>さつまいも</b> オリーブあぶら じゃがいも さとう
7 水	ごはん 牛乳	とりにくのパンパンジーソースがけ きゅうりのあえもの じゃがいものうまに (小中)とうにゆうパンナコッタ	牛乳 とりにく <b>みそ</b> あつあげ とうにゆう	しょうが にんにく きゅうり だいこん きピーマン <b>にんじん</b> たまねぎ ほししいたけ グリンピース いちご	<b>ごはん</b> ごま さとう ごまあぶら あぶら じゃがいも こんにやく でんぶん みずあめ
8 木	ちゅうかめん 牛乳	あんかけラーメン <b>うおづの日</b> さつまいもむしパン <b>(しいたけ)</b> えびのチリソースいため	牛乳 ぶたにく <b>かまぼこ</b> えび	たまねぎ <b>にんじん</b> <b>にら</b> <b>こまつな</b> <b>しいたけ</b> <b>きくらげ</b> <b>はくさい</b> <b>ねぎ</b> ピーマン にんにく しょうが	ちゅうかめん さとう でんぶん さつまいも こむぎこ ラード カシューナッツ あぶら
9 金	むぎいり ごはん 牛乳	カレー ゆでたまご カラフルサラダ	牛乳 ぶたにく <b>たまご</b>	にんにく しょうが たまねぎ <b>にんじん</b> <b>かぼちゃ</b> グリンピース ブロッコリー とうもろこし もやし	<b>ごはん</b> むぎ じゃがいも あぶら ルウ <b>さつまいも</b> さとう オリーブあぶら
13 火	ごはん 牛乳	しろみさかなフライ のりあえ あつあげのそぼろに	牛乳 すけとうだら のり ぶたひきく あつあげ	<b>ねぎ</b> きゅうり <b>ほうれんそう</b> もやし にんじん たまねぎ <b>はくさい</b> さやいんげん	<b>ごはん</b> こむぎこ パンこ さとう あぶら でんぶん こんにやく ごまあぶら
14 水	チキンライス 牛乳	パレンタインハンバーグ やさしいマヨネーズあえ ポテトポタージュ パレンタインクレープ	牛乳 とりにく ぶたにく ベーコン だっしふんにゆう とうにゆう だいずこ	トマト とうもろこし グリンピース にんじん にんにく しょうが キャベツ たまねぎ あかピーマン ブロッコリー	<b>ごはん</b> あぶら さとう ラード でんぶん ノンエッグマヨネーズ じゃがいも <b>さつまいも</b> ルウ こめこ みずあめ ココア
15 木	A校:こめこパン B校:ちゅうかめん 牛乳	さばのカレーあげ かいそうサラダ やさしいスープ	牛乳 さば わかめ くきわかめ いかかんてん <b>かまぼこ</b> あかかえでのり	<b>りんご</b> しょうが <b>ねぎ</b> きゅうり だいこん とうもろこし セロリー たまねぎ にんじん さやいんげん	パン こめこ でんぶん さとう ごまあぶら あぶら じゃがいも <b>さつまいも</b> ごま
16 金	ごはん 牛乳	ぶたにくのしおこうじいため ごまびたし だんごのみそしる ほんかん	牛乳 ぶたにく <b>みそ</b> うすあげ こんぶ	たまねぎ にんにく しょうが にんじん <b>ほうれんそう</b> <b>チンゲンサイ</b> もやし ピーマン <b>はくさい</b> <b>ねぎ</b> <b>きくらげ</b> ぼんかん	<b>ごはん</b> <b>さつまいも</b> あぶら ごま さとう しらたまもち
19 月	ごはん 牛乳	ふくらぎのすぶたふう マヨみそれんこん <b>うおづモリモリ</b> うおづおでん <b>ランチの日</b>	牛乳 ふくらぎ <b>みそ</b> <b>かまぼこ</b> がんもどき こんぶ	にんにく しょうが たまねぎ たけのこ とうもろこし にんじん <b>しいたけ</b> だいこん えだまめ <b>れんこん</b>	<b>ごはん</b> でんぶん こめこ さとう あぶら こんにやく <b>さつまいも</b> ノンエッグマヨネーズ さといも
20 火	ごはん 牛乳	さといもコロッケ まめみそあえ みそクリームに	牛乳 ぶたにく <b>だいず</b> <b>みそ</b> なまクリーム	たまねぎ にんじん とうもろこし きゅうり えだまめ しょうが しいたけ <b>はくさい</b> <b>ねぎ</b>	<b>ごはん</b> <b>さといも</b> じゃがいも パンこ <b>あぶら</b> さとう でんぶん <b>さつまいも</b> ルウ
21 水	ごはん 牛乳	マーボーどうふ えびシュウマイ きざみあえ	牛乳 もめんどうふ ぶたひきく えび <b>あかみそ</b> ぶたレバー すけとうだら	<b>しいたけ</b> にんじん たけのこ <b>ねぎ</b> たまねぎ にんにく しょうが キャベツ きゅうり <b>はくさい</b> たくあん	<b>ごはん</b> あぶら ごまあぶら さとう でんぶん パンこ ごま こむぎこ みずあめ
22 木	ミニコッペパン 牛乳	やきそば ウインナーまきたまご はなやさいサラダ	牛乳 ぶたにく たまご ウインナー	キャベツ たまねぎ もやし ピーマン <b>かぼちゃ</b> <b>ねぎ</b> にんじん ブロッコリー カリフラワー とうもろこし	パン ちゅうかめん あぶら でんぶん さとう オリーブあぶら
26 月	A校:うおづりんごパン B校:こめこパン 牛乳	きびなごのかりかりフライ グリーンサラダ コンソメスープ (小中)うおづのももヨーグルト	牛乳 きびなご ベーコン ヨーグルト	<b>りんご</b> しょうが <b>こまつな</b> もやし あかピーマン だいこん にんじん しめじ キャベツ レモン とうもろこし <b>ねぎ</b> <b>もも</b>	パン こめこ みずあめ さとう あぶら じゃがいも でんぶん げんまい ごまあぶら
27 火	ごはん 牛乳	ポークチャップ ビーフンサラダ イタリアンスープ	牛乳 ぶたにく ベーコン チーズ <b>たまご</b>	もやし <b>ねぎ</b> しめじ ピーマン アスパラガス キャベツ にんじん たまねぎ とうもろこし	<b>ごはん</b> <b>さつまいも</b> あぶら さとう でんぶん ビーフン パンこ ごま ごまあぶら
28 水	ごはん 牛乳	とびうおのしょうがやき ひじきのいために にくじゃが	牛乳 とびうお <b>みそ</b> ひじき だいず うすあげ ぶたにく	しょうが ごぼう にんじん さやいんげん たまねぎ グリンピース	<b>ごはん</b> あぶら さとう じゃがいも こんにやく
29 木	ソフトめん 牛乳	ソフトめんミートソース たまごミルクドーナッツ もやしのナムル (小中)ミルメーク	牛乳 ぶたひきく ぶたレバー たまご だっしふんにゆう	にんにく にんじん たまねぎ もやし きゅうり <b>きくらげ</b>	ソフトめん あぶら でんぶん さとう こむぎこ ごまあぶら ココア

※都合により献立を変更することがあります。

※ A校…西部中、星の杜小、よつば小、大町幼、センター

\*   は、地場産物です。

\* ごはんは魚津産の「富富富」を使用しています。

※ B校…東部中、清流小、道下小、経田小