



## 2月献立表



令和6年度  
京田辺市学校給食委員会

日	献立名	赤の仲間 血や肉になる	黄の仲間 熱や力の元になる	緑の仲間 体の調子を整える	その他	エネルギー たんぱく質	日	献立名	赤の仲間 血や肉になる	黄の仲間 熱や力の元になる	緑の仲間 体の調子を整える	その他	エネルギー たんぱく質
3月	《節分献立》 牛乳 ごはん いわしの梅煮 小松菜入りみそ汁 白菜の即席漬 福豆	ぎゅうにゅう, いわし, とうふ, あぶらあげ, いっきゅうみそ, しおこんぶ, だいず (ふくまめ)	こめ, さとう	うめぼし, たまねぎ, にんじん, こまつな, はくさい	さけ, す, みりん, しょうゆ, だしじゃこ	615 kcal 27.5 g	17日	牛乳 ごはん ぶたすき煮 柚子大根	ぎゅうにゅう, ぶたにく, ぶ	こめ, あぶら, さとう	たまねぎ, にんじん, こんにゃく, はくさい, しろねぎ, だいこん, ゆず	しょうゆ, みりん, す, しお	592 kcal 22.5 g
4日	牛乳 ツナピラフ キャベツのスープ ココアドーナツ	ぎゅうにゅう, ツナ, ウインナー, とうにゅう	こめ, あぶら, ホットケーキミックス, さとう	たまねぎ, にんじん, ホールコーン, マッシュルーム (水煮), キャベツ, チンゲンサイ	しお, こしょう, しょうゆ, とりがらスープ, ココア	620 kcal 19.9 g	18日	《いい歯の日献立》 牛乳 麦入りごはん カミカミカレー コールスローサラダ	ぎゅうにゅう, とりにく, スキムミルク, チーズ	こめ, おおむぎ, あぶら, じゃがいも, こむぎこ, パター, はちみつ, オリーブオイル	たまねぎ, にんじん, ごぼう, れんこん, りんご, ホールコーン, ソース, しょうゆ, ガーリックパウダー, オールスパイス, とりがらスープ, す	しお, こしょう, ワイン, カレー, トマトケチャップ, ウスターソース, しょうゆ	653 kcal 22.6 g
5日	牛乳 ごはん 酢豚 わかめと豆腐のスープ	ぎゅうにゅう, ぶたにく, わかめ, とうふ	こめ, かたくりこ, あぶら, さとう, ごま	しょうが, にんじん, たまねぎ, たけのこ (水煮), ほししいたけ, ビーマン, あおねぎ	しょうゆ, す, トマトケチャップ, しお, こしょう, だしかつお	678 kcal 24.8 g	19日	《食育の日献立》 牛乳 ごはん わかさぎの玉露揚げ 切干大根のみそ汁 じゃがいもきんぴら	ぎゅうにゅう, わかさぎ, ぶたにく, あぶらあげ, いっきゅうみそ	こめ, かたくりこ, あぶら, じゃがいも, さとう, ごまあぶら	ぎょくろこ, ごぼう, にんじん, こんにゃく, きりぼしだいこん, たまねぎ, こまつな	しお, さけ, しょうゆ, みりん, だしじゃこ	652 kcal 23.8 g
6日	牛乳 わかめごはん ちゃんこうどん チンゲンサイとハムの炒め物	ぎゅうにゅう, とりにく, あぶらあげ, ロースハム	こめ, うどん, さとう, あぶら, ごまあぶら	にんじん, だいこん, ほししいたけ, はくさい, あおねぎ, チンゲンサイ, しめじ, しょうが	わかめごはんのもと, しょうゆ, さけ, しお, だしこんぶ, だしかつお	571 kcal 21.2 g	20日	牛乳 こぎつね寿司 のっぺい汁 ぼんかん	ぎゅうにゅう, ちりめんじゃこ, あぶらあげ, とりにく	こめ, さとう, ごま, あぶら, さとも, かたくりこ	ほししいたけ, にんじん, だいこん, ごぼう, あおねぎ, ぼんかん	さけ, だしこんぶ, しょうゆ, こめずし, お, みりん, だしかつお	619 kcal 21.5 g
7日	牛乳 黒糖食パン 冬野菜の豆乳煮 レモンサラダ	ぎゅうにゅう, とりにく, とうにゅう	こくとうしょくパン, あぶら, オリーブオイル, さとう, こめこ	にんじん, かぶ, はくさい, ブロッコリー, キャベツ, レモンかじゅう	しお, さけ, こしょう, とりがらスープ, す	605 kcal 25.3 g	21日	牛乳 ごはん 一休納豆入りマーボー大根 春雨サラダ	ぎゅうにゅう, ぶたにく, いっきゅうなっとう, ささみフレーク	こめ, あぶら, さとう, かたくりこ, ごまあぶら, りょくとうはるさめ	にんにく, しろねぎ, だいこん, にんじん, あおねぎ, キャベツ	トウバンジャン, しお, こしょう, さけ, テンメンジャン, しょうゆ, す	598 kcal 21.7 g
10日	牛乳 ごはん 鶏肉の中華炒め 春雨スープ	ぎゅうにゅう, とりにく, あつあげ, ぶたにく	こめ, あぶら, さとう, かたくりこ, ごまあぶら, りょくとうはるさめ	にんにく, しょうが, キャベツ, たまねぎ, にんじん, たけのこ (水煮), チンゲンサイ	さけ, しょうゆ, トウバンジャン, す, しお, こしょう, とりがらスープ	648 kcal 26.0 g	25日	牛乳 ごはん 豆腐の中華煮 竹輪ともやしのナムル	ぎゅうにゅう, とうふ, ぶたにく, ちくわ	こめ, あぶら, さとう, かたくりこ, ごまあぶら	たまねぎ, にんじん, ほししいたけ, にら, もやし, こまつな	しょうゆ, オイスターソース, さけ, す	621 kcal 24.5 g
12日	牛乳 ごはん 高野豆腐の卵とじ ばりばりたくあん和え	ぎゅうにゅう, とりにく, こうやどうふ, たまご, ちりめんじゃこ	こめ, あぶら, さとう, かたくりこ, ごまあぶら, ごま	にんじん, たまねぎ, ほししいたけ, さやいんげん, キャベツ, たくあん	しょうゆ, みりん, だしかつお	617 kcal 25.8 g	26日	牛乳 ごはん ほっけの唐揚げ 根菜のみそ汁 ブロッコリーサラダ	ぎゅうにゅう, ほっけ, さつまいも, いっきゅうみそ	こめ, かたくりこ, あぶら, オリーブオイル, さとう	しょうが, れんこん, ごぼう, たまねぎ, にんじん, あおねぎ, ブロッコリー, キャベツ	さけ, だしじゃこ, す, しお, こしょう	637 kcal 25.3 g
13日	牛乳 黒豆ごはん さわらの甘酢かけ 京風みそ汁	ぎゅうにゅう, くらまめ, さわら, とりにく, しろみそ, いっきゅうみそ	こめ, さとう, かたくりこ, あぶら, じゃがいも	にんじん, ごぼう, たまねぎ, チンゲンサイ	しょうゆ, しお, さけ, す, だしかつお	677 kcal 29.4 g	27日	牛乳 ごはん べっこう煮 小松菜の磯香和え	ぎゅうにゅう, ぶたにく, あつあげ, のり	こめ, あぶら, さとう	しょうが, だいこん, にんじん, さやいんげん, こまつな, はくさい	しょうゆ, さけ	576 kcal 22.0 g
14日	牛乳 ごはん 煮込みハンバーグ 米粉マカロニのスープ 添えブロッコリー お楽しみデザート	ぎゅうにゅう, ハンバーグ, ベーコン	こめ, さとう, こめこマカロニ, おたのしみデザート	たまねぎ, にんじん, キャベツ, ホールコーン, こまつな, ブロッコリー	トマトケチャップ, ウスターソース, みりん, しお, こしょう, とりがらスープ, しょうゆ	788 kcal 28.4 g	28日	牛乳 うずまきバターパン ビーフシチュー ほうれんそうサラダ	ぎゅうにゅう, ぎゅうにく, スキムミルク, ささみフレーク	うずまきバターパン, あぶら, じゃがいも, さとう, こむぎこ, パター, こめこマカロニ, ノンエッグマヨネーズ	にんにく, にんじん, たまねぎ, トマトピューレ, ほうれんそう, キャベツ	しお, こしょう, ウスターソース, トマトケチャップ, ワイン, とりがらスープ, しょうゆ	744 kcal 28.0 g

★ 行事・食材等の事情により、献立を変更することがあります。

### ☆ 地産地消給食 ☆

今月の「米（特別栽培米ヒノヒカリ）」「キャベツ」「小松菜」「だいこん」「青ねぎ」「はくさい」「玉露粉」「一休みそ」「白みそ」は京田辺市産のものを使用予定です。



### ★ きせつのかおり ★

わかさぎ ほっけ さわら ぼんかん



### ★ 給食レシピ紹介 ★

QRコードを読み取ってもらくと、給食レシピのページが見られます。ご家庭でも作ってみて下さい。



### ☆ 今月の献立について ☆

3日（月） 節分献立・・・いわしの梅煮、福豆  
18日（火） いい歯の日献立・・・カミカミカレー  
19日（水） 食育の日献立・・・わかさぎの玉露揚げ



### 【保護者の皆様へ】 物価高騰に伴う学校給食費への補助について

物価高騰により学校給食の食材調達にも影響が及んでおり、安全安心で質の高い給食を安定的に提供するため、4月から学校給食費を290円に改定しました。令和6年度は、引き続き保護者徴収額を245円に据え置きし、学校給食費290円との差額45円は市が補助します。