

令和6年度 2月 給食予定献立表

※ 状況により献立を変更することがあります。加工品の材料は()で表示しています。
旬の食材は太字で表示、旬の食材を使用したオススメメニューには下線を引いています。

静岡県立静岡聴覚特別支援学校(静岡県立静岡聾学校)

日	献立名	赤 血や肉や骨の もとになるもの	緑 体の調子を整えるもの	黄 熱や力のもとになるもの	栄養価 エネルギー たんぱく質 脂質 塩分
3月	ごはん		2月2日は節分 節分にちなんだ給食	米	784kcal
	ぎゅうにゅう	牛乳			29.8g
	いわしのしょうがに	(いわし)	(しょうが)	(砂糖)	28.6%
	なっとうサラダ	ツナ 納豆 チーズ	こまつな にんじん	三温糖 ごま油	2.6g
	さつまいものみそしる	みそ	玉ねぎ 葉ねぎ	さつまいも	
	きなこボーロ	(きな粉 卵)		(でん粉 水飴 砂糖 乳糖 ショートニング)	
4火	むぎごはん			米 麦	763kcal
	ぎゅうにゅう	牛乳			28.2g
	ほうれんとうとチキンのカレー	鶏肉 ヨーグルト 大豆	にんにく しょうが 玉ねぎ にんじん ほうれん草	油 カレールー ジャがいも いんげん豆	25.9%
	きりぼしだいこんのごますあえ		切り干し大根 こまつな にんじん	三温糖 ごま	2.5g
5水	こぎつねうどん	豚肉 油揚げ かまぼこ	にんじん こまつな	うどん	750kcal
	ぎゅうにゅう	牛乳			29.8g
	ごもくかきあげ		玉ねぎ にんじん ごぼう 葉ねぎ とうもろこし	薄力粉 油	27.0%
	こまつなともやしのごますあえ		もやし こまつな	三温糖 ごま	2.9g
	ヤクルト	(脱脂粉乳)		(ぶどう糖果糖液糖 砂糖)	
6木	ごはん		2月6日は抹茶の日	米	771kcal
	ぎゅうにゅう	牛乳			33.1g
	やきくろはんぺん	黒はんぺん	しょうが		21.7%
	さっぱりほうれんそう	ツナ	しめじ ほうれん草 もやし	ごま	3.2g
	とんじる	豚肉 豆腐 みそ	にんじん だいこん ごぼう こんにゃく しょうが はくさい		
	まっちゃげんまいまんじゅう		(抹茶 寒天)	(玄米 砂糖 小豆 水飴 生あん)	
7金	ごはん			米	753kcal
	ぎゅうにゅう	牛乳			28.8g
	じゃがいもととりにくのしおに	鶏肉	しょうが 玉ねぎ にんじん	ごま油 ジャがいも 三温糖	28.6%
	やさいのおかかあえ	かつお節	もやし チンゲン菜 にんじん		3.0g
	だいこんとあぶらあげのみそしる	みそ 油揚げ わかめ	だいこん		
10月	ごはん			米	718kcal
	ぎゅうにゅう	牛乳			28.8g
	ポークパオズ	(大豆粉末 豚肉)	(玉ねぎ 竹の子 キャベツ しいたけ こんにゃく粉)	(小麦粉 でん粉 パン粉 砂糖 ごま油)	20.5%
	はるさめサラダ	鶏肉	にんじん こまつな	春雨 ごま油 三温糖	3.4g
	おでんに	うずらの卵 黒はんぺん ちくわ こんが	だいこん こんにゃく		
11火	2月11日は 建国記念の日				
12水	ごはん のりのつくだに			米 三温糖	777kcal
	ぎゅうにゅう	牛乳			23.5g
	うなぎいものコロツケ	(植物性たん白)		(さつまいも ジャがいも 砂糖 パン粉 小麦粉 植物油) 油	24.7%
	ごもくきんぴら	さつま揚げ こんぶ	ごぼう にんじん こんにゃく	ごま油	3.2g
	かにかまとたまごのみそしる	卵 みそ かに風味かまぼこ	ほうれん草	片栗粉	
13木	ごはん			米	713kcal
	ぎゅうにゅう	牛乳			28.3g
	なまあげとぶたにくのみそいため	生揚げ 豚肉 みそ	しょうが ねぎ にんじん キャベツ	三温糖 ごま油 片栗粉	30.5%
	ちゅうかあえ		にんじん こまつな もやし	ごま油 三温糖	2.4g
	とうふとわかめのスープ	豆腐 わかめ	にら えのき	ごま	
14金	メロンパン	(脱脂粉乳 液鶏卵)		(小麦粉 上白糖 ショートニング)	769kcal
	ぎゅうにゅう	牛乳			27.8g
	ハートのハンバーグ	(鶏肉 豚肉 粒状植物性たん白)	(たまねぎ にんにく しょうが)	(豚脂 砂糖 植物油 マッシュポテト) 三温糖	33.5%
	ほうれんそうとエリンギのサラダ	ツナ	ほうれん草 エリンギ	三温糖 油	3.0g
	コンソメスープ		玉ねぎ にんじん キャベツ		
	チョコプリン	(豆乳加工食品)		(グラニュー糖 ぶどう糖 ココアパウダー でん粉)	



日	献立名	赤		緑	黄	栄養価
		血や肉や骨のもとになるもの		体の調子を整えるもの	熱や力のもとになるもの	エネルギーたんぱく質脂質塩分
17月	ごはん			○ 2月17日は切り干し大根の日 ○		米 749kcal
	ぎゅうにゅう	牛乳				24.3g
	ちゅうかふううまに	豚肉	しょうが にんにく 玉ねぎ にんじん れんこん しいたけ こまつな		片栗粉 油 ごま油 三温糖 片栗粉	29.1%
	きりぼしだいこんのナムル		切り干し大根 枝豆 にんじん		ごま油 三温糖	2.9g
	もずくスープ	もずく	ねぎ チンゲン菜 とうもろこし		ごま油 ごま	
18火	ごはん			○ 鉄人メニュー ○	米	763kcal
	ぎゅうにゅう	牛乳	鉄分豊富な「あさり」「大豆製食品」を使った献立			32.9g
	りよくちやつくね	鶏肉 豆腐 みそ	しょうが 茶 ほうれん草 にんじん 枝豆 しいたけ		片栗粉 ごま油	31.6%
	いとこんぶに	鶏肉 こんぶ 油揚げ	にんじん		油 三温糖	3.2g
	あさりのみそしる	あさり 豆腐 みそ	玉ねぎ 葉ねぎ			
19水	ごはん				米	721kcal
	ぎゅうにゅう	牛乳				30.9g
	さわらのみそやき	さわら みそ	しょうが			27.2%
	ひじきとだいずのごもくに	大豆 ひじき 油揚げ	れんこん にんじん		ごま油 三温糖	2.8g
	なまあげのみそしる	生揚げ みそ	ごぼう にんじん キャベツ			
20木	みそラーメン	豚肉 みそ	しょうが にんにく 玉ねぎ にんじん とうもろこし もやし ねぎ		油 ごま油	747kcal
	ぎゅうにゅう ミルメーク(いちご)	牛乳			(果糖ぶどう糖液糖 砂糖)	27.1g
	てづくりあげぎょうざ	豚肉	キャベツ しょうが にんにく	◇◆ 小学部6年生のリクエスト献立 ◆◇	ぎょうざの皮 片栗粉 三温糖 ごま油 油	27.7%
	さんしょくナムル		もやし にんじん こまつな		ごま油 三温糖	2.7g
21金	ごはん				米	741kcal
	ぎゅうにゅう	牛乳	ふじっぴー給食 今年のテーマ食材は「かつお」「レタス」 焼津産のかつおから作った「なまり節」、静岡県の特産品「レタス」を使った洋風サラダです			32.5g
	とりのてりやき	鶏肉	しょうが			25.6%
	しずおかやさいとなまりぶしのサラダ	なまり節	キャベツ にんじん レタス		油 三温糖	2.9g
	みだくさんのみそしる	みそ 油揚げ (すけそうだら)	にんじん たいこん ごぼう しいたけ 葉ねぎ しょうが		じゃがいも (砂糖 植物油脂)	
	みかん		みかん			
24月	振替休日					2月23日は 天皇誕生日・富士山の日
25火	たかなチャーハン	豚肉	にんにく しょうが 高菜漬け ねぎ		米 無美 ごま油	773kcal
	ぎゅうにゅう	牛乳				27.6g
	てづくりシューマイ	豚肉	しょうが キャベツ しいたけ		焼売の皮 三温糖 片栗粉 ごま油	33.9%
	かぶのサラダ	ツナ	かぶ こまつな にんじん		油	3.0g
	レタスとコーンのちゅうかスープ	卵 パーコン	玉ねぎ にんじん とうもろこし レタス		片栗粉 油	
26水	ごはん				米	721kcal
	ぎゅうにゅう	牛乳	かみかみ給食 かみごたえのある「大きめにカットした生揚げ」を使った献立			25.1g
	なまあげのおろしがけ	生揚げ	だいこん 葉ねぎ		三温糖	27.0%
	さっぱりひじきに	ひじき 油揚げ	にんじん 枝豆 梅		油 三温糖	2.5g
	こんさいのみそしる	みそ	だいこん にんじん ほうれん草		さつまいも	
27木	ごはん				米	746kcal
	ぎゅうにゅう	牛乳				30.4g
	ホキのマスタードやき	ホキ	マスタード		マヨネーズ	28.9%
	ごまドレッシングサラダ		キャベツ ほうれん草 とうもろこし		ごま油 三温糖 ごま	1.9g
	とうにゅうスープ	パーコン 豆乳	玉ねぎ にんじん チンゲン菜		小豆 じゃがいも 油	
28金	げんまいいりバーガーパン	(脱脂粉乳)			(小麦粉 玄米 ショートニング 砂糖)	725kcal
	ぎゅうにゅう	牛乳				28.9g
	くろはんぺんフライ	(さば いわし たら 植物性たん白)	(せん茶)		(でん粉 砂糖 パン粉 小麦粉 コーンフラワー) 油	40.5%
	やさいのあさづけ		にんじん かぶ プロッコリー れんこん レモン果汁		油 三温糖	3.0g
	カレースープに	豚肉	玉ねぎ にんじん だいこん キャベツ		油	
	スライスチーズ	チーズ				

今月の行事

節分



節分は、「季節の分かれ目」を意味しており、もともとは「立春」「立夏」「立秋」「立冬」の前日をさしていましたが、今では「立春」の前日だけを節分と呼んでいます。冬から春へと季節が移り変わる「立春」は、お正月と同じように1年が始まる重要な日と考えられており、大切にされてきました。

豆まきをしたり、福豆を食べたり家の戸口にヒイラギワシ(ヤイカガシ)を飾る風習があります。

