



2月分よていこんだてひょう

《家庭配布用》

(小学校)

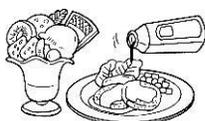
TEL:349-0588

日	曜	きゅうしよく はしのがっこう う・がくねん	おしらせ	こんだてめい		しようするおもなしょくざい			えいようか		
				しゅしよく	おかず	赤色の食品 (血や肉になる)	緑色の食品 (体の調子を整える)	黄色の食品 (熱や力になる)	エネルギー kcal	たんぱく質 g	
3	月		節分・立春 こんだて	利府町産米の ごはん	いわしのづけフライ うめかつおあえ ごじる	いわし かつおぶし だいず とうふ あぶらあげ みそ	キャバツ きゅうり うめ だいこん にんじん ねぎ しそ	★ごはん パンこ こむぎこ でんぱん だいずあぶら さといも	588	24.5	
4	火			せわり コッペパン	ロングウインナーのケチャップソース チーズマカロニサラダ たまごとやさいのスープ	ウインナー ツナ チーズ とりにく たまご	たまねぎ きゅうり にんじん キャバツ	パン さとう マカロニ マヨネーズ でんぱん	645	26.7	
5	水			利府町産米の ごはん	たれカツ はくさいのおひたし しゅんやさいのみそしる	とりにく ツナ とうふ みそ	はくさい にんじん もやし だいこん えのきたけ ほうれんそう	★ごはん パンこ さとう だいずあぶら	609	24.3	
6	木			とうにゅう しよくパン (りんごジャム)	アンサンブルエッグ コロコロソテー ふゆやさいのミネストローネ	とうにゅう たまご ウインナー ベーコン チーズ	りんご えだまめ コーン たまねぎ にんじん はくさい かぶ れんこん トマト	パン ジャム じゃがいも バター マカロニ オリーブオイル さとう でんぱん	634	24.7	
7	金			利府町産米の ごはん	とりにくのてりやきソース きりぼしだいこんとこんぶのもの おじゃがもちじる	とりにく こんぶ さつまあげ あぶらあげ	だいこん にんじん こんにゃく さやいんげん えのきたけ ごぼう ねぎ	★ごはん さとう でんぱん こめあぶら じゃがいも	578	26.0	
10	月			利府町産米の ごはん	ぶたにくのスタミナいため トックスープ ヨーグルト	ぶたにく みそ とりにく	たまねぎ しめじ たけのこ にら にんじん しいたけ はくさい ねぎ	★ごはん こめあぶら さとう でんぱん ごまあぶら こめこ	599	25.9	
11	火		けんこくきねんの日								
12	水		はしを 上手に 使う日	利府町産米の ごはん	なつとう ピリからごまにくじゃが こまつなのおひたし	なつとう あおのり かつおぶし ぶたにく	こまつな にんじん もやし たまねぎ こんにゃく ねぎ しそ	★ごはん じゃがいも ごまあぶら さとう ごま	583	23.3	
13	木			ソフトパン	チキンナゲット(2こ) はなやさいサラダ おまめのポターージュ	とりにく ベーコン チーズ うずらまめ いんげんまめ ひよこまめ	ブロッコリー カリフラワー コーン たまねぎ にんじん	パン こむぎこ だいずあぶら ドレッシング じゃがいも バター シチュールウ なまクリーム	648	25.3	
14	金		バレンタイン こんだて	利府町産米の ごはん	バレンタインハヤシシチュー 利府わかめのサラダ チョコプリン	ぶたにく ★わかめ ちくわ とうにゅう	たまねぎ にんじん しめじ トマト グリンピース きゅうり コーン	★ごはん じゃがいも こめあぶら ハヤシルウ さとう ココア プリン	673	21.8	
17	月			利府町産米の ごはん (ひじきのり)	おろしとうふハンバーグ ブロッコリーのごまあえ はくさいとあぶらあげのみそしる	のり ひじき とりにく とうふ ぶたにく ささかまほこ かつおぶし あぶらあげ みそ	たまねぎ だいこん ブロッコリー もやし にんじん はくさい ねぎ	★ごはん さとう でんぱん ごま ごまあぶら パンこ	611	25.1	
18	火			ミルクパン	とりにくのハニーマスタードやき リヨネーズポテト コンソメジュリエヌ	とりにく ウインナー チーズ ベーコン	たまねぎ コーン にんじん だいこん キャバツ	パン はちみつ オリーブオイル じゃがいも バター	604	28.3	
19	水		菅小 食育の日 こんだて	利府町産米の ごはん	さばのごまたっぷりやき さといもとぶたにくのもの 利府わかめとゆばのすましじる	さば ぶたにく ゆば ★わかめ とうふ なた	にんじん こんにゃく さやいんげん えのきたけ みつば	★ごはん ごま さとう さといも こめあぶら でんぱん はるさめ	590	27.9	
20	木			バターロール パン	クリームスパゲティ ミートボール(2こ) カラフルサラダ	ベーコン チーズ とりにく	たまねぎ にんじん コーン マッシュルーム パプリカ ブロッコリー カリフラワー	パン スパゲティ こめあぶら シチュールウ なまクリーム パンこ さとう じゃがいも ドレッシング	613	23.3	
21	金			利府町産米の ごはん	レンズまめいりマーボーどうふ はるまき はるさめサラダ	とうふ ぶたにく レンズまめ みそ ハム とりにく	にんじん たけのこ キャバツ しいたけ にら ねぎ もやし きゅうり たまねぎ	★ごはん ごまあぶら さとう でんぱん こむぎこ だいずあぶら はるさめ	732	26.4	
24	月		ふりかえきゅう日								
25	火		みやぎ 水産の日	こめこパン	うましおにこみうどん たまごやき 利府わかめのあえもの	とりにく なた たまご ★わかめ ツナ	にんじん だいこん はくさい ごぼう ねぎ きゅうり コーン	パン こめこうどん さとう ドレッシング ごまあぶら	608	27.9	
26	水			利府町産米の ごはん	とふっこカレー コールスローサラダ でこぼん	ぶたにく ハム	にんじん たまねぎ ★利府なし トマト キャバツ きゅうり コーン レモン でこぼん	★ごはん こめあぶら カレールウ ドレッシング	650	19.9	
27	木		二小せんこう リクエストこんだて	チョコチップ パン	ポテトかんのてづくりからあげ カントリーサラダ ABCスープ ミニコーヒーきゅうにゅうプリン	とりにく ハム ベーコン	きゅうり ブロッコリー にんじん たまねぎ キャバツ	パン チョコレート でんぱん こめこ だいずあぶら じゃがいも ドレッシング マカロニ プリン	662	27.1	
28	金			利府町産米の ごはん	ぶりのみりんじょうゆやき ぶたにくとキャバツのみそいため のっぺいじる	ぶり ぶたにく みそ とりにく あぶらあげ	キャバツ たけのこ パプリカ たまねぎ だいこん にんじん ごぼう しいたけ こんにゃく ねぎ	★ごはん さとう こめあぶら でんぱん さといも	614	27.7	
				エネルギー：625kcal		たんぱく質：25.3g		脂質：21.3g		塩分：2.5g	
都合により、献立が変更になる場合があります。ご了承ください。											

★「はし」は、まいにちわすれずに持ってきましょう★

2月の給食目標「食べ物と健康について考えよう」

甘いものや
濃い味が好きな人は
「生活習慣病」に注意しよう！



保護者の
皆様へ

利府町公式Youtubeにて、ポテト館の動画を公開して
います！「おいしい給食ができるまで 4」は、こちらか
らご視聴ください。→→



はしを上手に使う日

箸の持ち方を意識して食べる「はしを上手に使う
日献立」を毎月実施しています。今月は、納豆を上手
に「まぜて」食べましょう。



小学校との連携献立が登場します！

27日は、二小の給食委員会が中心となり行った
「全校リクエスト献立」の日です。今年はどうなメニュー
が人気を集めたのでしょうか？
組み合わせの都合上、献立内容を一部変更しているも
のがありますので、ご了承ください。

食育の日献立

利府町では「毎月19日は食育の日」にちなんで、季節
の食材や行事に合わせた「食育の日献立」を実施していま
す。
今月は「生活習慣病予防献立」です。どうぞお楽しみ
に！

今月の地場産品

利府町の給食センターでは、農協さんや漁協さんと連
携し、毎月、地場産品を取り入れた給食を実施していま
す。今月は利府町産の「米・わかめ・なし」を使用する予定で
す。

献立表では★印をつけてお知らせしています。
食材の都合により、産地が変更になることがあります。

普通の食事でも不足しがちな「カルシウム」「鉄」「食物繊維」などは成長期に欠かせない栄養素です。給食以外の食事においても積極的にとるよう心がけましょう。

食物アレルギーや乳糖不耐症等の健康上の理由により牛乳停止をご希望されるお子様に、代替飲料の麦茶を提供しています。(別途申請が必要です)

予定献立表に記載されている食材名は、使用する主な食材名です。アレルギー表示ではありませんので、ご注意ください。

予定献立表は、給食センターのホームページにも掲載しています。