



「岡垣町イメージキャラクター  
びわりん＆びわすけ」

## 2月の学校給食献立予定表



今月使用予定の地場産(岡垣町周辺)食材

米 白ねぎ 椎茸 人参 キャベツ ほうれん草  
大根 豆腐 ブロッコリー 小松菜 いちご



♪マークは3年生へのアンケート結果をもとに取り入れたメニューです♪

3年生だけの「スペシャルメニュー」もあります!

岡垣町中学校給食センター

日 曜	献立名		主な材料と体内での働き						エネルギー (Kcal)
	主食	牛乳 副食	おもに体の組織をつくる(赤のグループ)		おもに体の調子を整える(緑のグループ)		おもにエネルギーになる(黄のグループ)		
			1群 (魚、肉、卵、豆、豆製品)	2群 (牛乳、小魚、海藻)	3群 (緑黄色野菜)	4群 (その他の野菜、果物)	5群 (穀類、いも類、砂糖)	6群 (油脂)	
3月	白ご飯	いわしのしょうが煮 野菜の千草和え「節分」献立 具だくさんみそ汁 福豆	いわし 油揚げ 豚肉 豆腐 みそ 福豆	牛乳	小松菜 人参 ねぎ	キャベツ もやし 椎茸 ごぼう	米 砂糖		751
4火	白ご飯	麻婆豆腐♪ パンパンジーサラダ	鶏肉 豚肉 豆腐 レンズ豆 赤みそ	牛乳	ねぎ 人参	しょうが にんにく 椎茸(白ねぎ) キャベツ きゅうり	米 砂糖 でんぶん	油 ごま油 ラー油	786
5水	ワンローフパン	ポトフ ツナサラダ♪ 黒豆きなこクリーム♪	鶏肉 ウインナー ツナ	牛乳	人参 ブロッコリー	玉ねぎ(大根) きゅうり キャベツ レモン	ワンローフパン じゃがいも 砂糖 黒豆きなこクリーム	油	650
6木	わかめご飯(減量)♪	五目うどん♪ 大根とピーナッツのサラダ	鶏肉 油揚げ かまぼこ	牛乳 わかめ	人参 ねぎ	玉ねぎ 椎茸 大根 きゅうり	米 砂糖 うどん	ピーナッツ マヨネーズ	701
7金	白ご飯	鶏肉と野菜のうま煮 和風サラダ	鶏肉 さつま揚げ 厚揚げ ツナ	牛乳 わかめ	人参 いんげん	玉ねぎ ごぼう 椎茸(キャベツ) きゅうり	米 こんにゃく じゃがいも 砂糖	油	724
10月	揚げパン♪	ラビオリスープ 小松菜のソテー	きなこ 鶏肉 ベーコン	牛乳	人参 小松菜	キャベツ 玉ねぎ コーン	米 グラニュー糖 砂糖 ラビオリ	油	703
11火	🍰🍷🍷 建 国 記 念 の 日 🍷🍰🍷								
12水	パンパン♪	ポークビーンズ♪ コーンサラダ フルーツポンチ(3年のみ)	豚肉 大豆	牛乳	人参 トマト	にんにく 玉ねぎ コーン グリーンピース(キャベツ)レモン きゅうり みかん パイン 黄桃	パンパン じゃがいも 砂糖 白玉	油	702 (3年:827)
13木	白ご飯	さばの塩焼き♪ ゆかりあえ けんちん汁♪	さば 鶏肉 豆腐	牛乳 ひじき	人参 ねぎ	キャベツ きゅうり 椎茸(大根) ごぼう	米 里芋 でんぶん	油	700
14金	麦ご飯	チキンカレー♪ フルーツ&ゼリー♪ ミニトンカツ(3年のみ)	鶏肉 レンズ豆 大豆 トンカツ	牛乳 チーズ	人参	しょうが にんにく 玉ねぎ りんご みかん パイン 黄桃	米 麦 じゃがいも 小麦粉 ゼリー	油 バター	902 (3年:1018)
17月	黒糖食パン♪	和風スパゲティ♪ チップスサラダ♪ 照焼ハンバーグ(3年のみ)	ベーコン ハンバーグ	牛乳	人参 小松菜	玉ねぎ しめじ 椎茸 エリンギ にんにく キャベツ きゅうり コーン	黒糖食パン スパゲティ 砂糖 ポテトチップ てんぶん	油 オリーブ油	650 (3年:765)
18火	白ご飯	鶏肉とレバーの揚げからめ♪ 即席漬け♪ キャベツのみそ汁♪	鶏肉 レバー 豆腐 油揚げ みそ	牛乳	人参 ねぎ	しょうが にんにく(キャベツ) きゅうり たくあん えのき 玉ねぎ	米 でんぶん 砂糖	油 ごま	814
19水	📄📄 期 末 考 査 1 日 目 📄📄								
20木	📄📄 期 末 考 査 2 日 目 📄📄								
21金	岡垣産ご飯	さばのホイル焼き♪ 野菜のおかか和え かきたま汁♪	さば かつお節 卵 豆腐 かまぼこ	牛乳	人参 ねぎ	キャベツ きゅうり もやし えのき	米 砂糖 でんぶん		711
24月	👤👤 振 替 休 日 👤👤								
25火	麦ご飯	中華丼 三色ナムル いちご(3年のみ)	豚肉 かまぼこ	牛乳	人参 いんげん	玉ねぎ(キャベツ) 椎茸 もやし きゅうり いちご	米 麦 でんぶん 砂糖	油 ごま油	656 (3年:662)
26水	赤飯	さわらのゆず胡椒焼き♪ 大豆の磯煮 わかめと麩のすまし汁♪	さわら 大豆 さつま揚げ かまぼこ	牛乳 ひじき わかめ	人参 ねぎ	椎茸 枝豆 えのき	赤飯 砂糖 麩	油	651
27木	白ご飯	鶏肉の唐揚げ(2個)♪ 野菜の昆布和え じゃがいものみそ汁	鶏肉 豆腐 油揚げ みそ	牛乳 昆布	人参 ねぎ	しょうが にんにく キャベツ きゅうり 玉ねぎ	米 でんぶん じゃがいも	油 ごま油	781
28金	白ご飯	ピビンパ♪ ワンタンスープ♪	豚肉 鶏肉	牛乳	人参 ほうれん草 豆苗	にんにく しょうが もやし きくらげ 玉ねぎ えのき コーン(白ねぎ)	米 砂糖 ワンタン でんぶん	油 ごま油	708

かまぼこなどの練り製品・ハムなどの肉加工品・マヨネーズは卵の入っていない製品を使用しています。



- ☆ ○ は、地場産の食材を使用する予定です。
- ☆ 米は遠賀郡産の「夢つくし」です。月に1回は岡垣産を使います。
- ☆ 食材の都合により献立の一部が変更になることがあります。



毎月19日は「食育の日」

### 給食に関する標語

岡垣中学校のみさんから寄せられた標語を、毎月紹介しています。

寒い日に 温かいスープ おいしいな 岡垣中学校 2年  
おいしいね 心あたたまると ごはんだね 岡垣中学校 3年



寒い日は、給食の温かいスープが特においしく感じられますね。  
食事をすることで、体も心もあたためることができます。  
まだまだ寒い日が続きますが、給食を食べて風邪を予防してください!