

令和6年度 2月 食品群別献立表

愛知県立蒲郡高等学校

日 曜	献立名	主な材料とその働き					
		赤 体をつくる		緑 体の調子を整える		黄 体を動かすエネルギーになる	
		1群	2群	3群	4群	5群	6群
		魚・肉・卵・大豆・大豆製品	牛乳・乳製品・小魚・海藻	緑黄色野菜	その他の野菜・果物・きのこ	米・パン・めん・いも・砂糖	油脂・種実
3 月	牛乳		牛乳				
	ご飯					ご飯	
	牛肉の甘酢炒め	牛肉		こまつな にんじん	キャベツ 玉ねぎ	でん粉	油 ユーリンチーソース
	みそ汁	油あげ みそ		かぼちゃ	白ねぎ		
6 木	牛乳		牛乳				
	ココアあげパン					ロールパン ミルクココア	油
	ハンガリアンシチュー	豚肉		にんじん ブロッコリー トマト	玉ねぎ	じゃがいも 砂糖	油 カレールウ
	ビーンズソテー	ささみ油づけ ミックスビーンズ 大豆			キャベツ		油
7 金	牛乳 ご飯		牛乳			ご飯	
	★さばの銀紙巻き	さばの銀紙巻き					
	ベーコンの和風炒め	ベーコン		にんじん	キャベツ 玉ねぎ	でん粉	油
	かしわ汁	鶏肉 みそ			大根	さつまいも	
10 月	牛乳		牛乳				
	ご飯					ご飯	
	牛肉のてりまヨ炒め	牛肉		にんじ ピーマン	キャベツ 玉ねぎ	でん粉	油 からしマヨネーズ
	★さつま汁	チキンボール みそ			大根	さつまいも	
14 金	牛乳		牛乳				
	★ミルメーク(コーヒー味)					ミルメーク(コーヒー味)	
	ホットドッグ	ウインナー			キャベツ	サンドイッチロール	油
	ジンジャースープ煮	鶏肉 大豆		にんじん	玉ねぎ しょうが	じゃがいも	油
17 月	牛乳		牛乳				
	焼肉丼	牛肉		にんじん ピーマン	玉ねぎ キャベツ	ご飯 でん粉	ごま油 焼肉のたれ
	お豆のスープ	ささみ油づけ ミックスビーンズ				じゃがいも	
18 火	牛乳		牛乳				
	★ソースチキンカツ丼	チキンカツ		にんじん こまつな	玉ねぎ キャベツ	ご飯	油 ソースカツ丼のたれ
	けんちん汁	とうふ みそ			ごぼう こんにゃく		
19 水	牛乳		牛乳				
	マーボーどうふ丼	豚肉 とうふ みそ		にんじん	玉ねぎ	ご飯 砂糖 でん粉	ごま油
	にら玉スープ	卵		にら	白ねぎ	でん粉	
20 木	牛乳		牛乳				
	焼豚チャーハン	焼豚 卵		にんじん	玉ねぎ 白ねぎ	ご飯	ごま油
	中華スープ	厚揚げ		こまつな 葉ねぎ			
21 金	牛乳		牛乳				
	ピビンバ	豚肉 みそ		にんじん ほうれん草	玉ねぎ もやし	ご飯 砂糖	油 ごま油 ピビンバソース
	わかめスープ	とうふ	わかめ		たけのこ		
27 木	牛乳		牛乳				
	ソフトめん					ソフトめん	
	タコスミート	豚肉		にんじん トマト	玉ねぎ コーン	砂糖 でん粉	油
	コンソメスープ	ベーコン			キャベツ えだ豆		
28 金	牛乳		牛乳				
	からあげカレー	鶏肉		にんじん	玉ねぎ	ご飯 じゃがいも 小麦粉 でん粉	油 カレールウ
	ごまドレッシング	まぐろ油づけ ミックスビーンズ			キャベツ		ごまドレッシング
	★お祝いデザート				(いちご)	お祝いデザート	

- 都合により献立を変更する場合があります。
- 各料理の調味料やだし等については記載されていません。
- 献立名にある★は加工品を表しています。