

# 2月の予定献立表

令和2年度

豊浦町学校給食センター

月	火	水	木	金																				
<p>☆牛乳は毎日つきます                      ☆日付に○がついている日はスプーンがつきます                      ☆はしは毎日持ってきてください                      ☆献立は都合により変更する場合があります                      ☆3月1日(月)は給食口座振替日です</p>																								
<p>2月平均栄養価 1人分 - たんぱく質 脂質 塩分</p> <table border="1"> <tr> <td>低学年</td> <td>582kcal</td> <td>24.3g</td> <td>19.6g</td> <td>2.3g</td> </tr> <tr> <td>中学年</td> <td>650 kcal</td> <td>26.4g</td> <td>20.6g</td> <td>2.5g</td> </tr> <tr> <td>高学年</td> <td>717 kcal</td> <td>28.5g</td> <td>21.7g</td> <td>2.7g</td> </tr> <tr> <td>中学生</td> <td>798kcal</td> <td>31.8g</td> <td>24.1g</td> <td>3.2g</td> </tr> </table>					低学年	582kcal	24.3g	19.6g	2.3g	中学年	650 kcal	26.4g	20.6g	2.5g	高学年	717 kcal	28.5g	21.7g	2.7g	中学生	798kcal	31.8g	24.1g	3.2g
低学年	582kcal	24.3g	19.6g	2.3g																				
中学年	650 kcal	26.4g	20.6g	2.5g																				
高学年	717 kcal	28.5g	21.7g	2.7g																				
中学生	798kcal	31.8g	24.1g	3.2g																				
<p>☆食材の配合等、ご不明な点がございましたら、給食センター栄養士(83-2264)までご連絡ください</p>																								



1	2	3	4	5
<p>焼き鳥丼 高野豆腐のみそ汁</p>	<p>ごはん 真だくさん汁 いわしのみぞれ煮 福豆</p>	<p>ごはん みそおでん 若鶏のごま照り焼き 野菜ふりかけ</p>	<p>まるパン ミートボールのトマト煮 かれのいの香草焼き みんななかよしプリン(卵・乳不使用)</p>	<p>ジャージャー麺 はるまき 春巻</p>
<p>精白米 強化米 麦 鶏肉 キャベツ にんじん 玉ねぎ しいたけ 長ねぎ しょうゆ 焼き鳥のたれ(りんご) 高野豆腐 長ねぎ じゃがいも ごぼう 大根 あじ さば かつお みそ</p>	<p>精白米 強化米 麦 豚肉 酒 小松菜 豆腐 えのきたけ 長ねぎ 大根 玉ねぎ にんじん あじ さば かつお みそ ごぼう 油揚げ いわし 大根 でん粉 昆布 しょうゆ 砂糖 酢 大豆</p>	<p>精白米 強化米 麦 大根 にんじん こんにゃく うすらの卵 酒 昆布 がんとどき ひじきボールたら ほっけ 卵白 三温糖 みそ 鶏肉 パン粉(乳) 植物油 ぎょうちやく しょうゆ 砂糖 魚介エキス しょうゆ にんじん 食塩 あじ のり 卵 紫いも かつお</p>	<p>小麦粉 砂糖 食塩 イースト 片栗粉 マーガリン バター ミートボール じゃがいも 玉ねぎ にんじん にんにく トマトソース プリン 三温糖 食塩 大豆 にんにく ベーキングパウダー 赤ピーマン でん粉 黒がれい パン粉 食塩 にんじん こしょう 乳 しょうゆ 玉ねぎ バレオ みそ 米油 水あめ 砂糖 豆乳</p>	<p>めん ごま油 豚肉 生姜 にんにく 大豆 もやし しいたけ にんじん 玉ねぎ しょうゆ みそ 三温糖 豆板醤 片栗粉 たけのこ いんげん キャベツ 玉ねぎ 人参 豚肉 春雨 しょうゆ 米油 生姜 小麦粉 みりん でん粉 ごま油 グラニュー糖 食塩 オリーブオイル 長ねぎ ひじき</p>
8	9	10	11	12
<p>ごはん みそちゃんこ汁 さばの生姜煮</p>	<p>ごはん マーボー豆腐 ハリハリサラダ</p>	<p>にんじんピラフ クリームソース いろどりサラダ ピラフの上にクリームソースをのせて食べましょう。</p>	<p>けんこくきねん 建国記念の日</p>	<p>カレーうどん チーズはんぺん揚げ</p>
<p>精白米 強化米 麦 とりだんご 油揚げ ごぼう 白菜 豆腐 にんじん 長ねぎ みそ がらスープ 昆布 あじ さば かつお 生姜 さば 水あめ 生姜 しょうゆ</p>	<p>精白米 強化米 麦 生姜 にんにく 豚肉 酒 にんじん 長ねぎ たら しょうゆ 三温糖 みそ 豆板醤 ごま油 片栗粉 大豆 豆腐 切り干し大根 きゅうり ハム 青じそドレッシング(りんご 魚醤) ごま</p>	<p>精白米 強化米 麦 にんじん ｺｰﾝ 赤ピーマン 白身魚エキス 野菜エキス 鶏肉 大豆 牛乳 ベーコン 玉ねぎ ぶなしめじ ｺｰﾝ 生クリーム 和什シチュー チーズ ﾌﾞﾗｲﾝ ｺｰﾝ ｸﾞﾗﾝ ｲﾝ ｲﾝ ｲﾝ ｲﾝ 小松菜 中華ドレッシング(りんご) にんじん ｺｰﾝ 鶏肉</p>	<p>めん あじ さば かつお 昆布 カレールウ 鶏肉 にんじん ぶなしめじ 油揚げ みりん 長ねぎ 小松菜 つと そばつゆ (かつお さば にぼし)玉ねぎ ごぼう 魚肉すり身 卵白 チーズ 砂糖 食塩 パン粉 でん粉 水あめ 小麦粉 米油</p>	
15	16	17	18	19
<p>こぎつねごはん みそ汁 かぼちゃひき肉フライ</p>	<p>ごはん 八宝菜 カレービーフン</p>	<p>わかめごはん 筑前煮 釧路産鱈ザンギ</p>	<p>豊浦小学校6年生が考えた献立 スライスパン いちごゼラチン 野菜スープ きのこのソーシロップ ヨーグルト</p>	<p>きのこのスパゲティ みんななかよしメンチカツ(卵・乳不使用) ガトーショコラ(小麦・卵・乳不使用)</p>
<p>精白米 強化米 麦 米油 鶏肉 酒 にんじん 油揚げ しょうゆ 三温糖 酒 いんげん あじ さば かつお 長ねぎ 豆腐 じゃがいも たらボール(たら 玉ねぎ にんじん パン粉 ほろりん) かぼちゃ 豚肉 玉ねぎ 大豆 パン粉 米油 でん粉 小麦粉 水あめ しょうゆ 砂糖 ｸﾞﾗﾝ ｲﾝ</p>	<p>精白米 強化米 麦 豚肉 酒 生姜 にんじん 玉ねぎ 白菜 ほたて うすら卵 ピーマン 中華スープ がらスープ 片栗粉 ごま油 しょうゆ 三温糖 ピーマン 玉ねぎ ごま油 赤ピーマン にんじん しょうゆ 豚肉 ピーマン オリーブオイル 砂糖 生姜 ｶﾙﾌﾞ 食塩 カレー粉 赤ピーマン 魚介エキス にんにく</p>	<p>精白米 強化米 麦 わかめ 鶏肉 にんじん ごぼう こんにゃく たけのこ つと いんげん 高野豆腐 しいたけ 三温糖 しょうゆ 酒 みりん 昆布 米油 米油 たら 小麦粉 でん粉 塩 香辛料 しょうゆ 生姜 水あめ にんにく みそ 酢 ごま油</p>	<p>小麦粉 砂糖 食塩 イースト 片栗粉 マーガリン いちご 水あめ 砂糖 さつまいも にんじん ベーコン キャベツ パセリ コンソメ こしょう わかめ ルバーグ(豚肉 鶏肉 玉ねぎ) 有塩バター ぶなしめじ マツタケ デミタス(りんご 乳) 玉ねぎ ｸﾞﾗﾝ ｲﾝ 生乳 砂糖 乳製品 寒天 香料</p>	<p>めん ｸﾞﾗﾝ ｲﾝ ｺｰﾝ にんじん 鶏肉 玉ねぎ 赤ピーマン マツタケ ぶなしめじ エリンギ えのきたけ 食塩 こしょう しょうゆ パセリ にんにく みりん 豚肉 鶏肉 キャベツ 玉ねぎ パン粉 しょうゆ 砂糖 食塩 香辛料 パン粉 小麦粉 米油 豆乳 砂糖 米粉 ココア でん粉 カカオマス</p>
22	23	24	25	26
<p>ほたてカレー フルーツゼリーあえ</p>	<p>てんのう たんじょうび 天皇誕生日</p>	<p>ごはん すき焼き風煮 さばの味噌煮</p>	<p>黒砂糖パン クリームシチュー ほうれん草とコーンのサラダ ベビーチーズ</p>	<p>しょうゆラーメン ポークしゅうまい 北海道ハスカップゼリー</p>
<p>精白米 強化米 麦 玉ねぎ にんじん じゃがいも 生姜 にんにく りんご 脱脂粉乳 カレールウ(乳 りんご) 大豆 ほたて パイン 黄桃 甘夏みかんゼリー (りんご みかん)</p>	<p>豚肉 しょうゆ 酒 にんじん 玉ねぎ 白菜 えのきたけ しらす酒 三温糖 みりん 高野豆腐 長ねぎ さば でん粉 みそ 砂糖</p>	<p>精白米 強化米 麦 豚肉 しょうゆ 酒 にんじん 玉ねぎ 白菜 えのきたけ しらす酒 三温糖 みりん 高野豆腐 長ねぎ さば でん粉 みそ 砂糖</p>	<p>小麦粉 砂糖 食塩 イースト 片栗粉 マーガリン 黒砂糖 米油 玉ねぎ にんじん 鶏肉 白ワイン ぶなしめじ ﾌﾞﾗｲﾝ 脱脂粉乳 牛乳 有塩バター 小麦粉 食塩 こしょう じゃがいも 枝豆 大豆 ほうれん草 青じそドレッシング(りんご 魚醤) ハム ｺｰﾝ ナチュラルチーズ 乳</p>	<p>めん 米油 豚肉 生姜 ほたて にんにく 酒 にんじん 玉ねぎ もやし 白菜 ｸﾞﾗﾝ ｲﾝ ｸﾞﾗﾝ ｲﾝ 長ねぎ 食塩 ひじき つと たけのこ 玉ねぎ 豚肉 でん粉 砂糖 塩 ごま油 生姜 ほたて こしょう 小麦粉 ハスカップ果汁 寒天 砂糖</p>