

2月の予定献立表

令和5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(飲むヨーグルトがつく日は牛乳はつきません)</p> <p>☆料理によってスプーンがつきます ☆給食のお米は、豊浦産のお米を使用しています</p> <p>☆はしは毎日もってきてください</p> <p>☆献立は都合により変更する場合があります</p> <p>☆2月29日(木)は給食口座振替日です</p> <div style="text-align: center;">  </div> <table style="margin-left: auto; margin-right: auto; border-collapse: collapse;"> <tr> <td style="padding: 2px;">2月平均栄養価</td> <td style="padding: 2px;">1杯分</td> <td style="padding: 2px;">たんぱく質</td> <td style="padding: 2px;">脂質</td> <td style="padding: 2px;">塩分</td> </tr> <tr> <td style="padding: 2px;">低学年</td> <td style="padding: 2px;">584 kcal</td> <td style="padding: 2px;">22.7 g</td> <td style="padding: 2px;">20.0 g</td> <td style="padding: 2px;">2.2 g</td> </tr> <tr> <td style="padding: 2px;">中学年</td> <td style="padding: 2px;">652 kcal</td> <td style="padding: 2px;">24.9 g</td> <td style="padding: 2px;">21.2 g</td> <td style="padding: 2px;">2.4 g</td> </tr> <tr> <td style="padding: 2px;">高学年</td> <td style="padding: 2px;">722 kcal</td> <td style="padding: 2px;">27.1 g</td> <td style="padding: 2px;">22.3 g</td> <td style="padding: 2px;">2.7 g</td> </tr> <tr> <td style="padding: 2px;">中学生</td> <td style="padding: 2px;">812 kcal</td> <td style="padding: 2px;">31.1 g</td> <td style="padding: 2px;">25.0 g</td> <td style="padding: 2px;">3.2 g</td> </tr> </table> <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(83-2264)までご連絡ください。</p>			2月平均栄養価	1杯分	たんぱく質	脂質	塩分	低学年	584 kcal	22.7 g	20.0 g	2.2 g	中学年	652 kcal	24.9 g	21.2 g	2.4 g	高学年	722 kcal	27.1 g	22.3 g	2.7 g	中学生	812 kcal	31.1 g	25.0 g	3.2 g	<p>1 ① 638 ② 854</p> <p>スライスパン</p> <p>ミートボールのトマト煮</p> <p>元気サラダ</p> <p>マーマレード</p>	<p>2 ① 641 ② 827</p> <p>塩ラーメン</p> <p>若鶏のから揚げ</p>
			2月平均栄養価	1杯分	たんぱく質	脂質	塩分																						
低学年	584 kcal	22.7 g	20.0 g	2.2 g																									
中学年	652 kcal	24.9 g	21.2 g	2.4 g																									
高学年	722 kcal	27.1 g	22.3 g	2.7 g																									
中学生	812 kcal	31.1 g	25.0 g	3.2 g																									
			小麦粉 砂糖 食塩 イースト 片栗粉 マーガリン バター じゃがいも 玉ねぎ 人参 にんにく ダイオウト ケチャップ ブイヨ 三温糖 大豆 ミートボール(いとよりすり身) 鶏肉 大豆 ケチャップ ほうれん草 チーズ 食酢 三温糖 米油 食塩 水あめ 砂糖 なつみかん いやかん ベクテン みかん	めん 米油 豚肉 生姜 にんにく 料理酒 人参 玉ねぎ もやし 白菜 ラーメンスープ ほたて がらスープ 長ねぎ 食塩 こま つと たけのこ 鶏肉 しょうゆ 小麦粉 水あめ 生姜 みりん 砂糖 食塩 生姜 米油 なたね油 でん粉 コーザン リップ 香辛料 水あめ 砂糖 なつみかん いやかん ベクテン みかん																									
<p>5 ① 684 ② 797</p> <p>ごはん 飲むヨーグルト</p> <p>かぼちゃもち汁</p> <p>北海道チキンみそカツ</p> <p>節分豆</p>	<p>6 ① 651 ② 761</p> <p>チャーハン</p> <p>中華スープ</p> <p>中華ラビオリ</p>	<p>7 ① 658 ② 817</p> <p>ビビンバ</p> <p>海藻スープ</p>	<p>8 ① 650 ② 807</p> <p>まるパン</p> <p>ポトフ</p> <p>きのこリーゾパング</p>	<p>9 ① 666 ② 776</p> <p>五目うどん</p> <p>さつまいもいももち</p> <p>プチたいやき</p>																									
精白米 強化米 麦 生乳 乳製品 砂糖 かぼちゃもち 豆腐 大根 人参 ごぼう みりん 食塩 長ねぎ あじ さば かつお しょうゆ 鶏肉 つきこんにやく 鶏肉 みそ 食塩 パン粉 小麦粉 米粉 でん粉 香辛料 植物油 米油 大豆	精白米 強化米 麦 米油 玉ねぎ 人参 中華スープ 食塩 ツナ コーン ピーマン ハム しいたけ こしょう ミートボール 白菜 料理酒 ぶなしめじ ブイヨ しょうゆ 春雨 食塩 ケチャップ 玉ねぎ 生姜 にんにく 豚肉 小麦粉 米油 水あめ 鶏肉 しょうゆ でん粉 魚介エキス 豚骨エキス 香辛料 食塩	精白米 強化米 麦 豚肉 生姜 にんにく にんじん しいたけ みそ みりん 三温糖 豆板醤 もやし ほうれん草 ごま ごま油 大豆 しょうゆ ひじき 荳わかめ 昆布 人参 長ねぎ がらスープ こしょう 豆腐 食塩 ベーコン	小麦粉 砂糖 食塩 イースト 片栗粉 マーガリン ウイナー にんにく 人参 玉ねぎ 大豆 じゃがいも ケチャップ ブイヨ こしょう 食塩 パン粉(豚肉 鶏肉) ケチャップ しめじ マツタケ たまねぎ デミグラスソース(乳 ゼラチン 牛肉) 大豆	めん あじ さば かつお 昆布 鶏肉 人参 油揚げ みりん しょうゆ 長ねぎ 小松菜 つと さつまいも 馬鈴薯 砂糖 でん粉 小麦粉 食塩 パーム油 調味料 香料 米油 小麦粉 砂糖 食塩 小豆 水あめ 食塩 なたね油																									
<p>12</p> <p>振替休日</p> <p>正しく使おうはし</p> 	<p>13 ① 606 ② 779</p> <p>ごはん</p> <p>肉じゃが</p> <p>きゅうりのツナ和え</p> <p>① ベビーチーズ</p>	<p>14 ① 693 ② 793</p> <p>チキンライス</p> <p>コンソメスープ</p> <p>かぼちゃチーズフライ</p> <p>ドーナツ(チョコ)</p>	<p>15 ① 601 ② 804</p> <p>スライスパン</p> <p>海藻スープ</p> <p>チリコンカン</p> <p>チョコクリーム</p>	<p>16 ① 643 ② 802</p> <p>ミートソーススパゲティ</p> <p>レモンのささみフライ</p>																									
精白米 強化米 麦 豚肉 料理酒 人参 玉ねぎ じゃがいも しいたけ 三温糖 しょうゆ みりん いんげん きゅうり ツナ ごま 三温糖 しょうゆ ナチュラルチーズ	精白米 強化米 麦 豚肉 料理酒 人参 玉ねぎ じゃがいも しいたけ 三温糖 しょうゆ みりん いんげん きゅうり ツナ ごま 三温糖 しょうゆ ナチュラルチーズ	精白米 強化米 麦 トマトソース 人参 コーン 玉ねぎ パン粉 鶏肉 食用油脂 片栗粉 香辛料 魚介エキス(エソ、グチ) 野菜エキス 大豆 玉ねぎ 人参 ケチャップ 小松菜 コンソメ こしょう ケチャップ かぼちゃ チーズフード パン粉 砂糖 牛乳 米油 大豆 マーガリン 食塩 パン粉 小麦粉 植物油 米粉 でん粉 チョコレート 砂糖 コーヒーパウダー 鶏肉 ベーキングパウダー 小麦粉 大豆 乳	小麦粉 砂糖 食塩 イースト 片栗粉 マーガリン 昆布 荳わかめ ひじき もやし 鶏卵 食塩 人参 長ねぎ がらスープ こしょう 豆腐 ベーコン 豚肉 料理酒 玉ねぎ 人参 コーン 大豆 食塩 こしょう トマトケチャップ タバスコ コーヒー 小麦粉 脱脂粉乳 水あめ 砂糖 ヨーグルト	めん オリブ油 豚肉 にんにく 大豆 人参 玉ねぎ ピーマン マツタケ デミグラスソース トマトソース トマトケチャップ ビューレ ブイヨ こしょう チーズ 食塩 トマトソース(乳) 鶏肉 玉ねぎ 食塩 酢 砂糖 魚肝油 大豆 米油 酒粕 レモン 米粉 でん粉 パン粉 香辛料 乳 みそ 寒天																									
<p>19 ① 624 ② 772</p> <p>ごはん</p> <p>マーボー豆腐</p> <p>ハリハリサラダ</p>	<p>20 ① 716 ② 893</p> <p>ほたてカレー</p> <p>フルーツゼリー和え</p> 	<p>21 ① 672 ② 788</p> <p>ごはん</p> <p>どさんこ汁</p> <p>さばの味噌煮</p>	<p>22 ① 684 ② 853</p> <p>まるパン</p> <p>ミートボールスープ</p> <p>マカロニサラダ</p> <p>みかんクレープ</p>	<p>23</p> <p>天皇誕生日</p> 																									
精白米 強化米 麦 生姜 にんにく 豚肉 料理酒 人参 長ねぎ なら しょうゆ 三温糖 豆腐 みそ 豆板醤 ごま油 片栗粉 大豆 切り干し大根 きゅうり ハム 青じそドレッシング(レモン かつお節エキス 魚肝油) こま	精白米 強化米 麦 米油 玉ねぎ ほたて 人参 じゃがいも 生姜 にんにく マーレード 脱脂粉乳 カールー 大豆 洋梨 みかん みかんゼリー(みかん果汁 グラニュー糖)	精白米 強化米 麦 豚肉 料理酒 人参 じゃがいも コーン 豆腐 みそ あじ さば かつお バター 長ねぎ ごぼう えのきたけ 玉ねぎ さば でん粉 みそ 砂糖	小麦粉 砂糖 食塩 イースト 片栗粉 マーガリン 人参 玉ねぎ 白菜 ぶなしめじ ミートボール しょうゆ がらスープ 春雨 小松菜 食塩 マカロニ 三温糖 きゅうり ハム ケチャップ チーズ 食塩 こしょう マヨネーズ(卵不使用) 豆乳 砂糖 米粉 みかん 水あめ 植物油 レモン果汁 大豆	めん 人参 玉ねぎ しょうゆ しょうゆ 長ねぎ トマトソース トマトケチャップ ビューレ ブイヨ こしょう チーズ 食塩 トマトソース(乳) 鶏肉 玉ねぎ 食塩 酢 砂糖 魚肝油 大豆 米油 酒粕 レモン 米粉 でん粉 パン粉 香辛料 乳 みそ 寒天																									
<p>26 ① 625 ② 799</p> <p>ごはん</p> <p>豚汁</p> <p>いわしのカリカリフライ</p> <p>ヨーグルトレーズン</p>	<p>27 ① 648 ② 802</p> <p>ごはん</p> <p>芋の子汁</p> <p>ひきないり</p> <p>日本各地をめぐる給食 ~東北地方~</p> 	<p>28 ① 664 ② 843</p> <p>ごはん 飲むヨーグルト</p> <p>みそちゃんこ汁</p> <p>大豆の五目煮</p> <p>① 納豆</p>	<p>29 ① 631 ② 855</p> <p>黒砂糖パン</p> <p>クリームシチュー</p> <p>肉団子</p>	<p>小さくても大きなパワー</p>  <p>大豆</p>																									
精白米 強化米 麦 豚肉 料理酒 ごぼう 人参 玉ねぎ じゃがいも 大根 豆腐 つきこんにやく みそ 長ねぎ いわし 水あめ とうもろこし ばれいしょ こしょう 米粉 砂糖 生姜 食塩 でん粉 玄米粉 米油 チョコレート 砂糖 植物油 全粉乳 コーヒー レーズン 水あめ 粉糖 砂糖 香料	精白米 強化米 麦 さといも 人参 しめじ 長ねぎ 豆腐 がらスープ つきこんにやく 鶏肉 しょうゆ 塩 あじ さば かつお 切り干し大根 人参 ピーマン 料理酒 みりん 砂糖 しょうゆ ごま油 いりごま 油揚げ 豚肉	精白米 強化米 麦 生乳 乳製品 砂糖 肉団子 油揚げ ごぼう 白菜 人参 長ねぎ 生姜 みそ がらスープ 昆布 あじ さば かつお 豆腐 大豆 鶏肉 人参 しらたき ひじき 三温糖 しょうゆ いんげん みりん 料理酒 納豆 しょうゆ 砂糖 かつおエキス	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 人参 鶏肉 白ウイ ブイヨ 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 ぶなしめじ 鶏肉 豚脂 玉ねぎ オリーブオイル 生姜 砂糖 しょうゆ 食酢 でん粉 香辛料 大豆	めん 人参 玉ねぎ しょうゆ しょうゆ 長ねぎ トマトソース トマトケチャップ ビューレ ブイヨ こしょう チーズ 食塩 トマトソース(乳) 鶏肉 玉ねぎ 食塩 酢 砂糖 魚肝油 大豆 米油 酒粕 レモン 米粉 でん粉 パン粉 香辛料 乳 みそ 寒天																									