

2月分予定献立表

令和5年

羽生市学校給食センター

| 日 | こんだて名 主食 飲み物 おかず | アレルギー物質 全28品目中 | 使用材料名 | | | 栄養価 | |
|------|---------------------------|----------------------|--------------------------------|-----------------------------------|------------------------------|--------------|--------------|
| | | | 赤色の食品 体(骨や血や肉)をつくる もとになる | 黄色の食品 エネルギー(体や脳が動く力)の もとになる | 緑色の食品 体の調子を整える もとになる | 上段:小 下段:中 | たんぱく 質(g) |
| 1 水 | ごはん | | | ごはん | | 718 | 19.1 |
| | ぎゅうにゅう | 乳 | 牛乳 | | | | |
| | サンラータン | 卵 小麦 ごま 大豆 鶏肉 豚肉 | 鶏肉 卵 | ごま油 春雨 でん粉 | にんにく 生姜 人参 もやし きくらげ | 863 | 23.3 |
| | はるまき | 小麦 えび ごま 大豆 鶏肉 豚肉 | 春巻き | 油 | | | |
| 2 木 | ぶたにくとキムチのいためもの | 小麦 ごま 大豆 豚肉 りんご ゼラチン | 豚肉 | 油 砂糖 | 人参 キャベツ キムチ いんげん | | |
| | コッペパン | 乳 小麦 大豆 | | コッペパン | | | |
| | ぎゅうにゅう | 乳 | 牛乳 | | | 690 | 26.1 |
| | やきそば | 小麦 大豆 豚肉 りんご | 豚肉 青のり | 油 焼きそば麺 | 人参 玉ねぎ キャベツ 紅生姜 | 890 | 33.8 |
| 3 金 | フランク | 豚肉 | フランク | | | | |
| | いちごどみかんの2色ゼリー | オレンジ | | いちごどみかんの2色ゼリー | | | |
| | ごはん | | | ごはん | | 588 | 29.6 |
| | ぎゅうにゅう | 乳 | 牛乳 | | | | |
| 6 月 | ★ちくぜんに | 小麦 大豆 鶏肉 | 鶏肉 さつまあげ かまぼこ | 油 さといも 砂糖 | 干し椎茸 ごぼう 人参 こんにゃく | 753 | 36.9 |
| | ★いわしのみぞれに | 小麦 大豆 | いわしのみぞれ煮 | | | | |
| | ★ぶくまめ | 大豆 | 福豆 | | | | |
| | ごはん | | | ごはん | | 695 | 30.2 |
| 7 火 | ぎゅうにゅう | 乳 | 牛乳 | | | | |
| | とうふとなめこのみそしる | 大豆 | 豆腐 わかめ みそ | | 人参 なめこ | 837 | 34.0 |
| | からあげ 2コ | 鶏肉 | 鶏もも酒塩漬け | 油 でん粉 | | | |
| | たかなチャーハンのぐ | 卵 小麦 大豆 豚肉 ごま | 焼き豚 炒り卵 | ごま油 | にんにく 人参 ねぎ 高菜漬け コーン | | |
| 8 水 | ごはん | | | ごはん | | 579 | 28.6 |
| | ぎゅうにゅう | 乳 | 牛乳 | | | | |
| | はくさいぞうに | 小麦 大豆 鶏肉 | 鶏肉 なたと | 白玉団子 | 干し椎茸 人参 大根 白菜 ねぎ | 740 | 35.3 |
| | さわらのさいきょうやき | 大豆 | さわらの西京焼き | | | | |
| 9 木 | ほうれんそうとハムのいためもの | 小麦 大豆 豚肉 | ハム | 油 | もやし ほうれん草 | | |
| | ごはん | | | ごはん | | 622 | 25.6 |
| | ぎゅうにゅう | 乳 | 牛乳 | | | | |
| | せんべいじる | 小麦 大豆 鶏肉 | 鶏肉 なたと | 南部せんべい | 干し椎茸 人参 大根 ほうれん草 ねぎ | 797 | 31.3 |
| 10 金 | たこメンチ ソース | 小麦 大豆 りんご | たこメンチ | 油 | | | |
| | ★じゃことさんさいのまぜごはんのぐ | 卵 小麦 大豆 ごま | ちりめんじゃこ 油揚げ 炒り卵 | 油 砂糖 ごま | 干し椎茸 人参 竹の子 山菜ミックス | | |
| | はちみつパン | 乳 小麦 大豆 | | はちみつパン | | | |
| | ぎゅうにゅう | 乳 | 牛乳 | | | 605 | 28.9 |
| 11 土 | ファイバースープ | 小麦 大豆 鶏肉 豚肉 | ベーコン 鶏肉 | 米粒麦 | 人参 玉ねぎ ピーマン キャベツ | 766 | 34.9 |
| | とりにくのハーブやき | 鶏肉 | 鶏肉のハーブ焼き | | | | |
| | フルーツのヨーグルトあえ | 乳 大豆 もも りんご ゼラチン | ヨーグルト | カクテルゼリー 砂糖 | みかん パインアップル もも | | |
| | ごはん | | | ごはん | | 656 | 27.6 |
| 12 日 | ぎゅうにゅう | 乳 | 牛乳 | | | | |
| | ★こんさいカレー | 小麦 鶏肉 | 鶏肉 | 油 さといも | にんにく 生姜 人参 玉ねぎ れんこん ごぼう いんげん | 842 | 34.3 |
| | チキンカツ | 小麦 大豆 鶏肉 | チキンカツ | 油 | | | |
| | えびとコーンのソテー | 小麦 えび 大豆 鶏肉 豚肉 | えび ハム | 油 | 人参 玉ねぎ キャベツ コーン | | |
| 13 月 | ソフトめん | 小麦 | | ソフトめん | | | |
| | ぎゅうにゅう | 乳 | 牛乳 | | | 648 | 29.0 |
| | にくうどんじる | 小麦 大豆 豚肉 | 豚肉 油揚げ なたと | | 人参 ほうれん草 ねぎ 生姜 | 791 | 34.8 |
| | えびフライ ソース | 小麦 えび 大豆 りんご | えびフライ | 油 | | | |
| 14 火 | ★こまつなとメンマのいためもの | 小麦 大豆 | | 油 | こまつな メンマ もやし | | |
| | チキンライス | 大豆 鶏肉 | | チキンライス | | | |
| | ごはん | | | ごはん | | 728 | 24.4 |
| | ぎゅうにゅう | 乳 | 牛乳 | | | | |
| 15 水 | ハヤシチュー | 小麦 大豆 豚肉 りんご | 豚肉 | 油 じゃがいも | にんにく 人参 玉ねぎ マッシュルーム グリンピース | 902 | 28.3 |
| | ハートメンチ ソース | 小麦 大豆 豚肉 りんご | ハートメンチ | 油 | | | |
| | ★イタリアンサラダ | | | イタリアンドレッシング | 人参 キャベツ コーン | | |
| | ごはん | | | ごはん | | 591 | 25.0 |
| 16 木 | ぎゅうにゅう | 乳 | 牛乳 | | | | |
| | ワンタンスープ | 小麦 大豆 鶏肉 豚肉 | 鶏肉 わかめ ワンタン | | 人参 もやし キャベツ ねぎ | 738 | 29.2 |
| | パオズ 2コ | 小麦 大豆 豚肉 ごま | パオズ | | | | |
| | ビーフンのオイスターソースいため | 小麦 大豆 豚肉 | 豚肉 | 油 ビーフン | 人参 玉ねぎ もやし | | |
| 17 金 | ごはん | | | ごはん | | 749 | 26.2 |
| | ぎゅうにゅう | 乳 | 牛乳 | | | | |
| | ポークビーンズ | 小麦 大豆 鶏肉 豚肉 | 豚肉 ベーコン 大豆 | 油 じゃがいも 砂糖 | にんにく 人参 玉ねぎ トマト パセリ | 896 | 31.5 |
| | やさいコロッケ ソース | 小麦 大豆 乳 りんご | | 野菜コロッケ 油 | | | |
| 18 土 | ハニヨーグルト | 乳 | ヨーグルト | | | | |
| | ごはん | | | ごはん | | 559 | 28.3 |
| | ぎゅうにゅう | 乳 | 牛乳 | | | | |
| | とんじる | 大豆 豚肉 | 豚肉 みそ 豆腐 | 油 じゃがいも | ごぼう 人参 大根 ねぎ | 711 | 34.3 |
| 19 日 | ★いかのしせんやき | 小麦 いか 大豆 | いかの詩仙漬け | | | | |
| | はるか | | | はるか | | | |
| | わかめごはん | | | わかめごはん | | 763 | 28.0 |
| | ぎゅうにゅう | 乳 | 牛乳 | | | | |
| 20 月 | きのこずいとんじる | 小麦 大豆 鶏肉 | 鶏肉 油揚げ | すいとん | 干し椎茸 人参 まいたけ しめじ えのきたけ | 990 | 35.2 |
| | ハンバーグわふうソース | 小麦 大豆 ごま 鶏肉 豚肉 | ハンバーグ | ごま油 砂糖 | にんにく 玉ねぎ | | |
| | ★ごぼうサラダ | 卵 小麦 大豆 ごま | | | ごぼうサラダ コーン | | |
| | ごはん | | | ごはん | | 566 | 20.6 |
| 21 火 | ぎゅうにゅう | 乳 | 牛乳 | | | | |
| | トックスープ | 小麦 大豆 ごま 鶏肉 豚肉 | 豆腐 なたと | ごま油 でん粉 トック | 人参 たけのこ たら 生姜 | 721 | 23.7 |
| | ヒレカツ ソース | 小麦 大豆 豚肉 りんご | ヒレカツ | 油 | | | |
| | ★いためナムル | 小麦 大豆 ごま 鶏肉 | | 油 ごま油 | にんにく 人参 もやし 小松菜 | | |
| 22 水 | ごはん | | | ごはん | | 660 | 21.9 |
| | ぎゅうにゅう | 乳 | 牛乳 | | | | |
| | かきたまじる | 卵 小麦 大豆 | 豆腐 かまぼこ ほたて 卵 | でん粉 | 人参 ほうれん草 | 793 | 25.7 |
| | カレーメンチ | 乳 小麦 大豆 牛肉 鶏肉 豚肉 | カレーメンチ | 油 | | | |
| 23 木 | ★カラフルサラダ | | | 和風ドレッシング | コーン 人参 キャベツ | | |
| | ごはん | | | ごはん | | 685 | 32.7 |
| | ぎゅうにゅう | 乳 | 牛乳 | | | | |
| | ★ヘルシーごはんのぐ | 小麦 大豆 鶏肉 | 鶏肉 大豆 ひじき 凍り豆腐 油揚げ ちりめんじゃこ | 油 砂糖 | 干し椎茸 ごぼう 人参 枝豆 | 855 | 40.5 |
| 24 金 | ほっけのしおやき | | | ほっけ塩漬け | | | |
| | いちごスティック | 大豆 | | いちごスティック | | | |
| | ごはん | | | ごはん | | 710 | 30.9 |
| | ぎゅうにゅう | 乳 | 牛乳 | | | | |
| 25 土 | あぶらあげととうふのみそしる | 大豆 | みそ 豆腐 油揚げ | | にんじん もやし ねぎ | 903 | 37.9 |
| | あかうおのたつたあげ | 小麦 大豆 | 赤魚の竜田揚げ | 油 | | | |
| | さんしょくそばろ | 卵 小麦 大豆 豚肉 | 豚肉 炒り卵 | 砂糖 | 生姜 枝豆 | | |
| | ごはん | | | ごはん | | 645 | 23.8 |
| 26 日 | ぎゅうにゅう | 乳 | 牛乳 | | | | |
| | きりたんぼじる | 小麦 大豆 鶏肉 | 鶏肉 油揚げ | 砂糖 きりたんぼ | ごぼう 人参 しめじ こんにゃく ねぎ | 855 | 30.4 |
| | しろごまつくねあんかけ 小2中3コ | 小麦 大豆 ごま 鶏肉 豚肉 | 白ごまつくね | 砂糖 でん粉 | | | |
| | ★いぶりがっこ | | | | いぶりがっこ | | |

給食回数 19回

- ※ 都合により食材が変更になる場合があります。ご了承ください。
- ※ ★はかみかみメニューです。意識して“よくかんで”食べる日にしましょう！
- ※ ☞の日は、先割れスプーンがつかます。
- ※ ☞の日は、おわんが2こつかます。
- ※ 太字のものは、学校配送品です。
- ※ 使用材料をすべて載せているわけではありません。アレルギー等ご家庭でも注意していただき、ご不明な点がございましたら学校給食センターまでお問い合わせください。

羽生市学校給食センター 048-565-3010

| | |
|----------|------------------|
| 今月の特別献立は | 3日(月) 節分献立 |
| | 8日(水) 青森県献立 |
| | 14日(火) バレンタイン献立 |
| | 20日(月) 東中リクエスト献立 |
| | 28日(火) 秋田県献立 |

お知らせ

学校給食の食材は、出荷などの時点で放射線量の検査が行われ、安全性が確認されているものを使用しております。食材の産地・放射性物質の測定結果は、羽生市のホームページに掲載しております。

| | | |
|---------|-----|------|
| 月間平均栄養価 | 656 | 26.7 |
| | 823 | 32.4 |

