♡毎月19日は食育の日です♡



令和5年

2月

学校給食共同献立表

川口市教育委員会 センター調理小学校

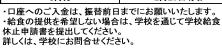
<u> </u>		<u>コット「きゅぽらん」</u> (ニのおさまに	· / · 스 ·	ての会口ので	1井/ナナ	山士斗!	マーマン マン・シャン・	学如什么口 No.		郷センタ- 乳ノセシャ	
	×	この献立表に				りませんの)でご「承ください。		表、献立日誌をご確記		
日	n33		献	立	<u>名</u>		主な食品			栄養 価	
	曜	主食	飲み物	お	か	ず	おもにエネルギーの もとになる食品	もとになる食品	おもに体の調子を 整えるもとになる食品	エネルギー (kcal)	たん白質 ^(g)
1	水	黒パン	牛乳	ミネストローネ コーンフライ りんご			パン 黒とうじゃがいも さとう マカロニ なたね油 小麦粉 パン粉		キャベツ たまねぎ にんじん パプリカトマト かぼちゃ にんにく とうもろこし りんご	608	18.7
2	木	マーブル食パン	牛乳	パンプキンポク ポークソテート ほうれん草の	マトソー	z	パン ココア 小麦粉 ラード なたね油 さとう	牛乳 とり肉 脱脂粉乳 ぶた肉	たまねぎ かぼちゃ にんにく ぶなしめじ ほうれんそう エリンギ とうもろこし	636	27.3
3	金	地粉うどん	牛乳	きつねうどん いわしフライ 切り干し大根の	の煮物		うどん さとう なたね油 じゃがいも でんぷん	牛乳 油揚げ ぶた肉かまぼこ いわし さつま揚げ 大豆	にんじん たまねぎ ほうれんそう 切干大根 えだまめ	693	29.7
6	月	ごはん	牛乳	だぶ さばのみそ煮 がめ煮			米 ふ なたね油 でんぷん さとう さといも	牛乳 とうふ さば みそとり肉 焼ちくわ	だいこん にんじん たまねぎ しいたけ しょうが ごぼう さやいんげん	686	26.6
		だぶは水を	たくさん。	ノ入れてざぶざぶ煮て作る汁で冠婚葬			を祭の時に振る舞う料 *さといもでんぷん	理です。慶事では材 牛乳 ぶた肉 とうふ みそ	料を四角に弔事では三 にんじん だいこん ながねぎ	角に切ります。	
7	火	ごはん	牛乳	とん汁 たらのごまみ ² <u>白菜の煮浸し</u>	そ和え		コーンフラワー なたね油 さとう ごま	たら油揚げ	はくさい	656	29.2
8	水	はちみつパン	牛乳	ポトフ ハムカレーロ- ツナサラダ	ール		パン はちみつ じゃがいも パン粉 なたね油 さとう	牛乳 ソーセージ ツナ ハム	にんじん はくさい だいこん たまねぎ キャベツ	627	21.5
9	木	ごはん	牛乳	肉じゃが さけの西京焼 小松菜のおか			米 じゃがいも さとう なたね油	牛乳 ぶた肉 さけ みそ かつお節	たまねぎ にんじん はくさい こまつな えのきたけ	592	29.9
	金	たんたんめんは戸均				トです。		牛乳 ぶた肉 みそ	チンゲンサイ えのきたけ		
10		ホット中華めん	牛乳	たんたんめん 揚げしゅうまし みかん	١		さとう 小麦粉		ながねぎ にんじん にんにく しょうが たまねぎ みかん	667	27.6
13	月	茶めし	牛乳	おでん かぼちゃのそ ミニトマト	ぼろあん		米 じゃがいも さとう なたね油 でんぷん	牛乳 こんぶ 焼ちくわ がんもどき うずら卵 とり肉	だいこん かぼちゃ たまねぎ えだまめ しょうが トマト	675	22.2
14	火	ごはん	牛乳	ハヤシライス 花野菜のサラ 米粉のガトー?			米 じゃがいも 小麦粉 ラード さとう なたね油 ドレッシング 米粉 ココア	牛乳 ぶた肉 豆乳	たまねぎ にんじん ブロッコリー カリフラワー	669	20.1
15	水	バターロール	牛乳	白菜と肉団子 豆乳かぼちゃ コーンソテー			パン でんぷん ショートニング 米粉 じゃがいも なたね油	牛乳 とり肉 ぶた肉 豆乳 ハム	はくさい たまねぎ にんじん かぼちゃ とうもろこし ほうれんそう	605	20.0
16	木	ごはん	牛乳	みぞれ汁 豚肉のねぎみ きんぴらごぼ	 そ焼き う		米 でんぷん さとう なたね油 ごま	牛乳 とり肉 ぶた肉 みそ	にんじん ながねぎ だいこん ほうれんそう ごぼう	641	25.4
17	金	ソフトめん	牛乳	ミートソースス 焼ウインナー 彩りソテー			ソフトめん 大豆油 オリーブ油 小麦粉 ラード さとう なたね油	牛乳 ぶた肉 レバー ソーセージ ベーコン	にんじん たまねぎ にんにく キャベツ パプリカ	687	28.3
20	月	キャロットピラフ	牛乳	鶏肉のクリー」 コーンスローサ マスカットゼリ	ナラダ		米 じゃがいも 小麦粉 ラード なたね油 ドレッシング さとう	牛乳 とり肉 脱脂粉乳	にんじん とうもろこし たまねぎ キャベツ ぶどう	659	20.0
21	火	ごはん	牛乳	呉汁 ほっけの竜田 こんにゃくの炒	揚げ		米 じゃがいも なたね油 でんぷん さとう	牛乳 ぶた肉 油揚げ 大豆 みそ ほっけ	ごぼう にんじん だいこん しょうが さやえんどう	647	28.0
22	水	コーヒー飲料は芝札		通ノ爪小学校のリクエストです。			パンさとう小麦粉	牛乳 ぶた肉 とり肉	たまねぎ にんじん		
		子供パン	牛乳ョーヒー飲料	ラビオリスーフ ハンバーグデ: シーフードサラ	ミグラスン	/ - ス	パン粉 ラード なたね油 オリーブ油	えびいか	とうもろこし ほうれんそう エリンギ キャベツ きゅうり パプリカ	624	25.9
24	金	地粉うどん	牛乳	けんちんうどん ちくわの磯辺‡ いちご	J		うどん さといも さとう 小麦粉 なたね油	牛乳 とり肉 油揚げ とうふ 焼ちくわ あおさ	ながねぎ にんじん ごぼう いちご	619	24.7
27	月	ごはん	牛乳	マーボー豆腐 ぎょうざ 野菜炒め			米 でんぷん ごま油 さとう なたね油 小麦粉	牛乳 とうふ ぶた肉 みそ ハム	たまねぎ にんじん しいたけ しょうが にんにく ながねぎ キャベツ もやし	696	27.6
28	火	ごはん	牛乳	ビビンパ わかめスープ 鶏肉の韓国風	昭り焼き		米 さとう なたね油 ごま油 ごま	牛乳 ぶた肉 みそ わかめ なると とり肉	しょうが にんにく にんじん もやし ほうれんそう たまねぎ だいこん ながねぎ	614	28.9

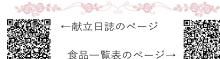
川口市の学校給食では、そば、落花生(ピーナッツ)、アーモンド、あわび、いくら、カシューナッツ、キウイフルーツ、くるみ、 まつたけ、やまいも、非加熱卵を使用している調味料類(マヨネーズ、タルタルソース、ドレッシング類)は提供しません。

・天候等の影響により、食材の産地や食材料が変更となることがありますのでご了承ください。

- おはしはきれいに洗って毎日必ず忘れずに持参するようお願いします。
- ・アレルギー物質など献立表に記載されていない微量の食品については、学校をとおして給食センターにご相談ください。 また、使用する個々の食品・使用量に関する「学校給食献立日誌」及びアレルギー物質を含む食品に関する「給食用食品一覧表」を ホームページにて公開していますので併せてご確認ください。

次回給食費口座引落日のご案内						
対象給食月	口座振替日					
3月分	2月28日(火)					





←献立日誌のページ



