

2月分予定献立表(Aコース)



日付 (曜日)	献立			血・肉・骨となるもの (あか)	熱や力となるもの (きいろ)	体の調子を整えるもの (みどり)	熱量 (Kcal) たんぱく質 (g)			
	主食	飲物	おかず				小学生	中学生		
1日 (水)	中華めん	牛乳	広東麺(かんどんめん) かに焼売 中華サラダ(中華ドレッシング)	牛乳、豚肉、えび たら、カニ 海藻	中華麺、油、ごま油、でん粉 砂糖、小麦粉、でん粉 春雨、ドレッシング	白菜、チンゲンサイ、ねぎ、人参、たけのこ、椎茸 玉ねぎ キャベツ、もやし、人参	654 24.2	762 27.7		
2日 (木)	ごはん	牛乳	★いわしフライ(ソース) ほうれん草のおひたし(かつお節・しょうゆ) みそけんちん 福豆	牛乳、いわし かつお節 豆腐、みそ 大豆、青粉	米、油、パン粉、小麦粉、でん粉 里芋、油	ほうれん草、キャベツ、もやし、人参 大根、こんにゃく、ごぼう、人参、小松菜、ねぎ	647 27.5	806 32.9		
3日 (金)	ごはん	牛乳	きんぴら肉団子 切り干し大根の煮物 根菜の粕汁	牛乳、鶏肉、ひじき 鶏肉、油揚げ 油揚げ、みそ	米、パン粉、砂糖、油 油、三温糖 酒かす	玉ねぎ、人参、ごぼう、しょうが 切干大根、人参、こんにゃく 大根、人参、白菜、ごぼう、しめじ、ほうれん草、ねぎ	607 24.3	798 30.2		
6日 (月)	ごはん	牛乳	野菜信田の和風あんかけ 肉じゃが みそ汁	牛乳、豆腐、油揚げ、卵、たら、ひじき 豚肉 わかめ、みそ	米、砂糖、でん粉 じゃがいも、三温糖	にんじん、かぼちゃ、ほうれん草、枝豆 人参、玉ねぎ、こんにゃく、枝豆 大根、えのきだけ、ねぎ、小松菜	666 24.6	799 28.2		
7日 (火)	バーガー パン	牛乳	★チキンかつ(ソース) キャベツのサラダ(フレンチドレッシング) にんじんの豆乳ポタージュ	牛乳、鶏肉 豆乳、脱脂粉乳、生クリーム	パン、油、パン粉、小麦粉 ドレッシング ホワートルウ	キャベツ、きゅうり、人参、パプリカ 玉ねぎ、人参、とうもろこし、パセリ	747 27.4	942 33.6		
8日 (水)	ゆでうどん	牛乳	カレー南蛮 スイートポテトカップケーキ 大根サラダ(ごまドレッシング)	牛乳、豚肉、かまぼこ 牛乳 刻み昆布	うどん、カレーフレーク、三温糖、でん粉 ホットケーキミックス、さつま芋、三温糖 ドレッシング	玉ねぎ、ねぎ、椎茸 大根、人参、きゅうり	758 24.6	911 29.4		
9日 (木)	ごはん	牛乳	◆魚の柚庵(ゆうあん)焼き ★きんぴらごぼう 湯葉のお吸物	牛乳、サバ 豚肉 ゆば、かまぼこ、わかめ	米、砂糖 三温糖、ごま、ごま油	ゆず こんにゃく、蓮根、ごぼう、枝豆、人参 椎茸、チンゲンサイ	634 24.3	793 29.2		
10日 (金)	ごはん	牛乳	ハヤシライス 野菜コロッケ(ソース) キャベツと水菜のサラダ(和風ドレッシング)	牛乳、豚肉、脱脂粉乳、生クリーム	米、ハヤシルウ 油、小麦粉、パン粉、米粉 ドレッシング	人参、玉ねぎ、トマト、グリーンピース じゃがいも、玉ねぎ キャベツ、もやし、人参、水菜、きゅうり	740 23.2	915 29.0		
13日 (月)	ごはん	牛乳	豆腐のそぼろあん包み 蓮根と白菜の中華炒め みそ汁 中>ヨーグルト	牛乳、鶏肉、豆腐 豚肉 わかめ、みそ ヨーグルト	米、油、ごま、パン粉、小麦粉、砂糖 ごま油 じゃが芋、麩	玉ねぎ、人参、枝豆、椎茸、しょうが 小松菜、白菜、蓮根、人参、しめじ、椎茸 大根、ねぎ	618 23.5	797 29.3		
14日 (火)	バター ロール	牛乳	チーズオムレツ(トマトケチャップ) ブロッコリーサラダ(サウザンドドレッシング) オニオンスープ	牛乳、卵、チーズ ベーコン	パン、油、砂糖 ドレッシング マカロニ	トマト ブロッコリー、カリフラワー、キャベツ、人参、枝豆 玉ねぎ、人参、チンゲンサイ、パセリ	680 26.5	777 29.6		
15日 (水)	中華めん	牛乳	マーボーラーメン ココア揚げパン 海藻サラダ(和風玉ねぎドレッシング)	牛乳、豚肉、豆腐、なると、豆板醤、甜面醬、みそ	中華麺、油、ごま油、三温糖、でん粉 パン、油、砂糖、ココア ドレッシング	たけのこ、人参、椎茸、ねぎ、しょうが、にんにく キャベツ、大根、きゅうり、人参	795 28.5	917 33.0		
16日 (木)	ごはん	牛乳	タラのフライ(ソース) 車麩と大根の煮物 いもの子汁	牛乳、たら 豚肉、豆腐、みそ	米、油、パン粉、小麦粉 車麩、三温糖 里芋	大根、人参、枝豆、たけのこ、椎茸 こんにゃく、ねぎ、人参、白菜	614 27.0	763 32.0		
17日 (金)	ごはん	牛乳	肉団子のもち米蒸し(しょうゆ) 厚揚げとキムチの炒め物 なめこ汁	牛乳、豚肉 豚肉、厚揚げ 豆腐、わかめ、みそ	米、もち米、パン粉、砂糖 三温糖、ごま、ごま油	玉ねぎ もやし、玉ねぎ、たけのこ、人参、にら、キムチ 大根、なめこ、ねぎ	636 25.4	769 29.0		
20日 (月)	ごはん 彩の国納豆	牛乳	厚焼卵 ひじきの五目煮 だまこ汁	牛乳、卵 ひじき、油揚げ、焼きちくわ 鶏肉、納豆	米、砂糖、でん粉、油 三温糖 だまこ餅、三温糖	人参、糸こんにゃく、枝豆 人参、ごぼう、しめじ、舞茸、せり、ねぎ、こんにゃく	662 27.7	810 31.7		
21日 (火)	食パン ブルーベリー ジャム	牛乳	サーモンのハーブソテー サラダ(イタリアンドレッシング) きのこのクリームスープ	牛乳、鮭 脱脂粉乳、生クリーム	パン、ジャム、オリーブオイル ドレッシング ホワートルウ	にんにく、バジル キャベツ、きゅうり、人参、とうもろこし、パプリカ しめじ、マッシュルーム、エリンギ、玉ねぎ、パセリ	677 29.0	843 35.4		
22日 (水)	ソフトめん	牛乳	ミートソース ★青のりポテトビーンズ こんにゃく入りサラダ(柑橘風味ドレッシング)	牛乳、豚肉 あおさ、大豆	ソフト麺、油、ルウ、三温糖、でん粉 じゃが芋、でん粉、油 ドレッシング	玉ねぎ、ピーマン、人参、トマト こんにゃく、もやし、人参、きゅうり、キャベツ	759 28.5	916 33.6		
23日 (木)	ごはん	牛乳	モロの竜田揚げ にらともやしの炒め物 かんぴょうのみそ汁	牛乳、モロ 豚肉 豆腐、油揚げ、みそ	米、でん粉 油、でん粉	しょうが 人参、キャベツ、もやし、にら、きくらげ かんぴょう、人参、小松菜、ねぎ	656 26.6	814 31.8		
24日 (金)	ごはん	牛乳	かつ煮 磯香おひたし(刻みのり・しょうゆ) みそ汁 いよかんゼリー	牛乳、豚肉、卵 のり 油揚げ、わかめ、みそ	米、油、三温糖、でん粉、パン粉、大豆粉 じゃが芋 ゼリー	玉ねぎ、枝豆 もやし、小松菜、キャベツ、人参 大根、ねぎ	681 25.1	820 28.3		
27日 (月)	ごはん	牛乳	ハンバーグおろしあん ミニがんも野菜の含め煮 えのきとわかめのみそ汁	牛乳、鶏肉、豚肉 がんも わかめ、油揚げ、みそ	米、パン粉、砂糖 三温糖	玉ねぎ、しょうが、大根、わけぎ 人参、こんにゃく、蓮根、たけのこ、椎茸、枝豆 えのきだけ、ねぎ	692 29.0	873 35.2		
28日 (火)	ドックパン	牛乳	スパニッシュオムレツ ポークビーンズ 野菜スープ	牛乳、卵、チーズ、ベーコン 豚肉、大豆、白いんげん豆	パン、じゃが芋、砂糖、でん粉 じゃが芋、三温糖 でん粉	玉ねぎ 玉ねぎ、人参、トマト、にんにく キャベツ、もやし、とうもろこし、人参、小松菜、椎茸	704 27.2	887 33.3		
○印は「久喜市内統一メニュー」です ○2日【行事食(節分)】 ○7日【食べ物の日(にんじん)】 ◆印は「新メニュー」です ○14日【教科関連献立(中学3年国語)】 ○16日【郷土料理の日(山形県)】 ★印は「カミカミ献立」です ○21日【国際メニューの日(フィンランド)】							2月平均栄養摂取量		681 26.2	836 31.1

平成28年度 学校給食使用食材の産地 (久喜地区小中学校給食)

2月 予定

品類	品種	産地	品類	品種	産地	品類	品種	産地	品類	品種	産地		
主食	米	埼玉(久喜市産米)	魚介類	厚削り	静岡	青果類	大根	久喜	青果類	おろししょうが	鹿児島、高知		
	パン	埼玉、アメリカ、カナダ		煮干し	千葉、茨城		チンゲンサイ	茨城		おろしにんにく	青森	えのき	長野
	麺	埼玉、アメリカ、カナダ		秋サケ	北海道		はくさい	久喜		にら	茨城	エリンギ	新潟
牛乳	牛乳	埼玉、栃木、北海道など	サバ	ノルウェー	玉ねぎ	北海道	にんじん	茨城	まいたけ	長野			
	卵	青森、群馬、茨城、栃木他	むぎえび	インド	せり	茨城	パセリ	千葉、茨城	マッシュルーム	茨城			
			真いわし	アメリカ、ロシア	ブロッコリー	埼玉	ピーマン	茨城	切干大根	宮崎			
たら			モロッコ	水菜	茨城	パプリカ	韓国	きくらげ	熊本				
肉類	豚肉	千葉、青森、群馬、北海道	モウカ	宮城	カリフラワー	エクアドル	ほうれんそう	久喜、茨城	ほうれんそう	宮崎、大分			
			小松菜	久喜	さといも	宮崎	れんこん	徳島、茨城	ひじき	韓国			
			長ねぎ	久喜	もやし	栃木	ごぼう	茨城、青森	カットわかめ	韓国			
肉類	鶏肉	青森、群馬、茨城、栃木他	万能ねぎ	福岡	じゃがいも	北海道	枝豆	タイ					
			きゅうり	埼玉	ホールコーン	北海道	グリーンピース	ニュージーランド					
			キャベツ	久喜	筍水煮	愛媛	スイートバジル	愛知					

※諸般の事情により、材料や献立を変更する場合があります