

2月分予定献立表

(給食回数20回)

平成28年度



久喜市 教育委員会
栗橋小学校

日付 (曜日)	献立(こんだて)			熱や力となるもの (きいろ)	血・肉・骨となるもの (あか)	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					
1日 (水)	ちゅうかめん	牛乳	もやしラーメン コーンコロケ わかめサラダ	ちゅうかめん でんぶん こむぎコ ドレッシング あぶら パンこ	牛乳 ぶたにく わかめ	にんじん もやし ながねぎ にら たけのこ にんにく キャベツ	624 23.0	
2日 (木)	むぎごはん	牛乳 ○	ハヤシライス もやしのごまずあえ	むぎごはん あぶら ハヤシルー さんおんとう ごま	牛乳 ぶたにく チーズ スキムミルク	たまねぎ にんじん もやし にんにく トマト こまつな	673 20.8	
3日 (金)	むぎごはん	牛乳	(ぎょうじしよく・せつぶん) いわしフライ けんちんじる はくさいのおひたし	むぎごはん あぶら さといも パンこ こむぎこ	牛乳 いわし あぶらあげ とうふ	ながねぎ にんじん はくさい だいこん ほうれんそう ごぼう こんにゃく	600 23.3	
6日 (月)	むぎごはん	牛乳	さきみのレモンふうみあげ きりぼしだいこんのものにも みそしる	むぎごはん あぶら でんぶん こむぎこ さんおんとう	牛乳 とりにく あぶらあげ みそ わかめ	レモン きりぼしだいこん にんじん ほししいたけ たまねぎ ながねぎ	620 27.1	
7日 (火)	ツイストパン	牛乳 ○	クラムチャウダー ツナサラダ	ツイストパン じゃがいも こむぎこ ごま あぶら さんおんとう バター	牛乳 あさり えび ベーコン ていしほうにゅう ツナ いか わかめ こんぶ くきわかめ えだまめ	にんじん たまねぎ パセリ ちんげんさい コーン キャベツ	617 25.0	
8日 (水)	ゆでうどん	牛乳	カレーうどん かみかみだいず ちんげんさいのサラダ	ゆでうどん あぶら さんおんとう ドレッシング	牛乳 ぶたにく だいず かたくちいわし	にんじん ほうれんそう ながねぎ コーン たまねぎ もやし	609 22.6	
9日 (木)	むぎごはん	牛乳	とりのからあげ ひじきのいりに ぐたくさんじる	むぎごはん でんぶん あぶら さんおんとう さといも	牛乳 あぶらあげ とうふ とりにく ひじき ぶたにく さつまあげ	だいこん ながねぎ にんじん こんにゃく ごぼう しいたけ	613 24.3	
10日 (金)	むぎごはん	牛乳	かきあげ(ごはんのうえにのせよう) だいこんサラダ たまごスープ	むぎごはん さんおんとう あぶら ドレッシング はるさめ こむぎこ	牛乳 たまご えび いか とりにく とうふ ひじき	にんじん ながねぎ こまつな だいこん たまねぎ こまつな	651 21.9	
13日 (月)	わかめごはん	牛乳	おでん みずなサラダ	むぎごはん さといも さんおんとう ドレッシング	牛乳 とうふ いか いわしつみれ ちくわ うずらのたまご こんぶ あげボール わかめ たこ	だいこん にんじん こんにゃく キャベツ みずな	601 23.0	
14日 (火)	さきたまロール	牛乳 ○	スパゲティーナポリタン チキンサラダ	さきたまロール スパゲティー あぶら ごま	牛乳 とりにく あさり ぶたにく チーズ	たまねぎ キャベツ にんじん コーン にんにく トマト ピーマン	616 26.3	
15日 (水)	ちゅうかめん	牛乳	たんめん さいのくにくまん だいこんのあえもの	ちゅうかめん ごま こむぎこ さんおんとう こむぎこ あぶら	牛乳 あさり ぶたにく うずらのたまご なた	ながねぎ にんじん はくさい たけのこ もやし しょうが だいこん にんにく ちんげんさい	640 25.3	
16日 (木)	むぎごはん	牛乳	ほっけのたつたあげ こまつなのおひたし どさんこじる	むぎごはん バター あぶら じゃがいも でんぶん	牛乳 ほっけ ぶたにく みそ とうふ こんぶ	こまつな にんじん コーン キャベツ ごぼう ながねぎ	637 25.2	
17日 (金)	むぎごはん	牛乳	(きょうどりょうり やまがた) くるまふとだいこんのもの たらフライ いもこじる	むぎごはん パンこ さといも あぶら さんおんとう	牛乳 たら あつあげ あぶらあげ みそ とうふ ぶたにく	だいこん たけのこ にんじん しいたけ こんにゃく ながねぎ こまつな	665 25.8	
20日 (月)	すめし	牛乳 ○	てまきずしのぐ(ツナ・いか・こんぶ) さわにわん ヨーグルト	すめし ごま マヨネーズ でんぶん	牛乳 ぶたにく のり まぐろ こんぶ なた いか こんぶ ヨーグルト	こんにゃく ごぼう にんじん だいこん ながねぎ ほししいたけ	660 26.2	
21日 (火)	くらパン	牛乳	(きょうかとかんれんしたこんだて) オムレツ マカロニサラダ やさいスープ	くらパン じゃがいも マカロニ ドレッシング さんおんとう	牛乳 ベーコン たまご	ブロッコリー たまねぎ キャベツ にんじん トマト	602 21.4	
22日 (水)	ゆでうどん	牛乳	きつねうどん ふゆにんじんのむしパン ほうれんそうのおひたし	ゆでうどん さんおんとう こむぎコ ドレッシング	牛乳 とうふ あぶらあげ とりにく こんぶ	にんじん こまつな ながねぎ ほうれんそう もやし はくさい たまねぎ	639 23.1	
23日 (木)	むぎごはん	牛乳	カレーライス フルーツポンチ	むぎごはん カレールウ じゃがいも あぶら	牛乳 ぶたにく スキムミルク チーズ	にんじん たまねぎ トマト にんにく パイン みかん こんにゃく おうとう	704 18.7	
24日 (金)	むぎごはん	牛乳	ぶたじる さけのなんばんづけ こんぶのにつけ	むぎごはん ドレッシング ごま でんぶん あぶら じゃがいも さんおんとう	牛乳 ぶたにく とうふ あぶらあげ とりにく みそ さけ こんぶ	ごぼう にんじん だいこん ながねぎ いんげん	630 27	
27日 (月)	むぎごはん	牛乳	にくどんぶり たまごコーンスープ	むぎごはん さんおんとう はるさめ ごま あぶら ごまあぶら	牛乳 ぶたにく あぶらあげ たまご とりにく	たまねぎ にんじん しめじ こまつな ほししいたけ しょうが コーン ながねぎ ちんげんさい こんにゃく	604 24	
28日 (火)	コッペパン	牛乳 ○	コーンシチュー フランクフルト キャベツサラダ	コッペパン あぶら こむぎコ ドレッシング じゃがいも	牛乳 とりにく チーズ スキムミルク フランクフルト ていしほうにゅう	たまねぎ にんじん パセリ キャベツ コーン	620 24.4	
							月平均栄養摂取量	631 24

☆牛乳の下に○がついた日はスプーンを持ってきてください。
☆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。

2月分 学校給食使用食材の産地(予定) ※予定は見積り合せ時点の産地です。

主 食	産地(予定)		肉 類	産地(予定)		青 果 物	産地(予定)		青 果 類	産地(予定)	
	米	増玉(久喜市産米)		豚肉	北海道・青森・岩手茨城・栃木		青果物	中国・日本		しょうが	熊本
主 食	パン	増玉、アメリカ、カナダ	鶏肉	北海道・青森・岩手新潟・鳥取	い ち じ ゅ	北海道	だいこん	千葉	青 果 類	白菜	茨城
	麺	増玉、アメリカ、カナダ	卵	埼玉	い わ し	千葉	たまねぎ	北海道		パセリ	長野
牛 乳	牛乳	埼玉、栃木、北海道など	魚 介 類	い か	ベ ル ー	き や べ つ	ちんげんさい	茨城	青 果 類	ほうれんそう	埼玉
	牛乳	埼玉県の原乳が不足した場合に他県から補填しています。原乳については、各都道府県が検査し安全確認をおこなっています。	たら	ロシヤ・アメリカ	こまつな	埼玉	にら	栃木		みずな	茨城
			ほっけ	ロシヤ・アメリカ	シメジ	長野	にんじん	千葉		もやし	群馬
			えび	ベトナム・インド	じゃがいも	北海道	にんにく	青森		里芋	埼玉