２月分予定献立表

（給食回数20回）

久喜市 教育委員会
栗橋西中学校

平成28年度

日付（曜日）	献立（こんだて） 主食	飲物	おかず	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）
1日（水）	子供パン	牛乳	ハンバーグデミグラソース 粉吹き芋 千切り野菜スープ	パン 大豆油 砂糖 バター じゃが芋 パン粉	牛乳 鶏肉 ベーコン	きゃべつ 玉ねぎ 人参 ごぼう パセリ	898 29.1
2日（木）	節分献立 ご飯	牛乳	いわしフライ ほうれん草のおひたし けんちん汁	米 大豆油 パン粉 じゃが芋 小麦粉	牛乳 いわし 豆腐 赤味噌 白味噌 煮干粉 和風だし	大根 人参 ねぎ ほうれん草 もやし ごぼう こんにゃく	753 27.4
3日（金）	中華麺	牛乳	揚げ餃子（3） 野菜ナムル 味噌ラーメン汁	中華麺 大豆油 サラダ油 三温糖 砂糖 ごま油	牛乳 豚肉 鶏肉 赤味噌 ヨーグルト（いちご）	小松菜 玉ねぎ 人参 きゃべつ もやし にら にんにく 生姜	698 27.8
6日（月）	ご飯 ●	牛乳	ハヤシライス 野菜サラダ和え 剣えびの唐揚	米 大豆油 ごま油 三温糖 じゃが芋	牛乳 豚肉 えび	水菜 もやし 人参 玉ねぎ ブロッコリー トマト 生姜 グリンピース にんにく	836 28.1
7日（火）	ご飯	牛乳	ひじき春巻き 野菜炒め 春雨スープ	米 大豆油 ごま油 春雨 小麦粉 でんぷん 砂糖	牛乳 豚肉 豆腐 ひじき	きゃべつ 人参 もやし たけのこ チンゲン菜 ピーマン 干し椎茸 ほうれん草 ねぎ きくらげ	730 21.9
8日（水）	教科（中3国語） バターロール	牛乳	チーズオムレツトマトソース ブロッコリーサラダ和え オニオンスープ	パン 大豆油 三温糖 でんぷん マカロニ ごまドレッシング（卵）	牛乳 卵 チーズ ベーコン	玉ねぎ 人参 枝豆 ブロッコリー カリフラワー トマト パセリ	768 27.4
9日（木）	ご飯	牛乳	かにシューマイ（2） マーボー豆腐 にら卵スープ	米 大豆油 ごま油 砂糖 でんぷん 小麦粉	牛乳 豆腐 かに たら 豚肉 卵 煮干粉 鶏肉 赤味噌	玉ねぎ 人参 にら ねぎ 生姜 にんにく グリンピース 干し椎茸	757 27.9
10日（金）	茹でうどん	牛乳	わかさぎフリッター（3） じゃこサラダ おかめうどん汁	うどん 大豆油 ごま油 砂糖 ごま でんぷん	牛乳 わかさぎ 鶏肉 ちりめん かまぼこ 煮干粉 和風だし	きゃべつ 大根 人参 ブロッコリー 小松菜 干し椎茸 ねぎ	753 29.5
13日（月）	ご飯	牛乳	鮭の塩焼き ごま和え わかめの味噌汁	米 大豆油 ごま	牛乳 鮭 豆腐 わかめ 赤味噌 白味噌 煮干粉	きゃべつ 人参 もやし 玉ねぎ	689 31.7
14日（火）	ご飯	牛乳	鶏の竜田揚げ 中華サラダ 小松菜の味噌汁	米 大豆油 春雨 ごま ごま油 三温糖 じゃが芋 でんぷん	牛乳 鶏肉 ハム わかめ 赤味噌 白味噌 煮干粉	小松菜 人参 きゅうり コーン 生姜	769 26.6
15日（水）	コッペパン	牛乳	フランクフルト 野菜のサラダ和え ミネストローネ	パン 大豆油 ごま油 三温糖 じゃが芋 マカロニ	牛乳 豚肉 ベーコン	きゃべつ 玉ねぎ 人参 ブロッコリー コーン セロリ トマト	783 33.3
16日（木）	ご飯	牛乳	めあじの立田揚げ 五目金平 切り干し大根の味噌汁	米 大豆油 サラダ油 砂糖 ごま じゃが芋 でんぷん	牛乳 めあじ 豆腐 竹輪 赤味噌 白味噌 煮干粉	人参 ごぼう こんにゃく ねぎ 干し椎茸 切干大根 生姜	783 27
17日（金）	中華麺 ●	牛乳	大豆のしゃりしゃり揚げ ポテトサラダ和え タンメン汁　　ヨーグルト	中華麺 大豆油 ごま油 でんぷん 砂糖 ごま 三温糖 サラダ油	牛乳 豚肉 大豆 ハム ヨーグルト	小松菜 きゃべつ 人参 もやし コーン 干し椎茸 玉ねぎ にら にんにく	749 31.3
20日（月）	ご飯	牛乳	あじの西京焼き 五目豆 まいたけ汁	米 大豆油 砂糖 でんぷん	牛乳 あじ 大豆 卵 豆腐 和風だし	人参 ごぼう こんにゃく 三つ葉 まいたけ 干し椎茸	714 32.8
21日（火）	ご飯 ●	牛乳	チキンナゲット（2） ツナと野菜のサラダ和え ポークカレー	米 大豆油 ごま油 三温糖 じゃが芋 小麦粉 サラダ油 でんぷん	牛乳 鶏肉 豚肉 ツナ缶 卵	きゃべつ 玉ねぎ 人参 ブロッコリー コーン 生姜 にんにく 生姜	906 29.2
22日（水）	食パン	牛乳	メンチカツ 野菜サラダ和え コンソメスープ　　りんごジャム	パン 大豆油 ごま油 パン粉 砂糖 三温糖 サラダ油 でんぷん 小麦粉 じゃが芋 ジャム（りんご）	牛乳 鶏肉 豚肉 ツナ缶 卵	きゃべつ 玉ねぎ 人参 コーン	860 27.4
23日（木）	ご飯	牛乳	ポテトコロッケ おひたし すきやき風煮	米 大豆油 焼き麸 三温糖 小麦粉 砂糖 パン粉 サラダ油	牛乳 豚肉 焼き豆腐 油揚げ 卵	白菜 玉ねぎ 人参 もやし 小松菜 こんにゃく	837 27.6
24日（金）	茹でうどん	牛乳	いかの照り焼き 枝豆とひじきのサラダ きつねうどん汁	うどん 大豆油 ごま 砂糖	牛乳 なると ひじき 油揚げ 煮干粉	きゃべつ 人参 枝豆 小松菜 ねぎ	698 32.4
27日（月）	郷土（山形県） ご飯	牛乳	たらフライ 車麸と大根の煮物 いもこ汁	米 大豆油 三温糖 里芋 パン粉 小麦粉 でんぷん	牛乳 豚肉 たら 赤味噌 白味噌 煮干粉 和風だし	大根 人参 いんげん 白雨菜 こんにゃく 枝豆 ねぎ 干し椎茸	792 30.5
28日（火）	ご飯	牛乳	豆腐ハンバーグ和風だれ 鶏肉とねぎの炒め物 すいとん汁	米 大豆油 ごま油 でんぷん 砂糖 すいとん パン粉	牛乳 豆腐 鶏肉 和風だし	きゃべつ 人参 もやし 小松菜 ねぎ 干し椎茸 白菜 しめじ 玉ねぎ	777 29.9
						月平均栄養摂取量	778 28.9

※主食欄の●印のついた日はスプーンを持参しましょう。　※ 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）　※見積り合せ時点の産地です。

	品種	産地（予定）		品種	産地（予定）		品種	産地（予定）		品種	産地（予定）		品種	産地（予定）
主食	米	埼玉（久喜市産米）	肉類	豚肉	青森、秋田、群馬		じゃがいも	北海道、長崎、鹿児島	青果類	根深ねぎ	埼玉	青果類	チンゲン菜	埼玉、茨城
	パン	埼玉、アメリカ、カナダ		鶏肉	青森、岩手、宮城、鹿児島、宮崎		きゃべつ	埼玉、愛知、神奈川		ピーマン	茨城、宮崎、鹿児島		エノキ茸	長野、埼玉
	麺	埼玉、アメリカ、カナダ	卵	卵	青森	青果物	水菜	茨城、埼玉		赤・黄ピーマン	韓国		舞茸	群馬、新潟
牛乳	牛乳	埼玉、栃木、北海道など	魚介類	いわし	茨城他		ごぼう	青森		白菜	茨城、埼玉、群馬		きゅうり	埼玉、千葉、宮崎
	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。			わかさぎ	カナダ		切りごぼう	青森、千葉		もやし	千葉、栃木	乾物	干しシイタケ	秋田
				めあじ	タイ、ベトナム		大根	千葉、神奈川		シメジ	群馬、長野		わかめ	韓国
				いか	ペルー		にら	栃木、茨城		パセリ	千葉、静岡		ひじき	韓国
				アジ	ニュージーランド		人参	千葉、埼玉		小松菜	埼玉、茨城			
				たら	アメリカ、ロシア		切り人参	千葉、埼玉		セロリ	静岡、香川			