

令和6年度 2月分学校給食予定献立表 毛呂山町学校給食センター

日曜日	献立		食材料(太字は毛呂山町産の予定)			栄養価		
	主食・のみもの つけるもの・かけるもの	おかず デザートなど	主に血や肉を作る食品 (赤色の食品)	主に体の調子を整える食品 (緑色の食品)	主に熱や働く力になる食品 (黄色の食品)	エネルギー kcal	たんぱく質 g	
3月	ごはん 牛乳 今年の節分は 2月2日!	けんちん汁 いわしの甘露煮(バ) まだか漬(宮崎県郷土料理)(角)	牛乳、鶏肉、煮干し、削り節、豆腐、いわしの甘露煮、だいず、するめいか、昆布	ごぼう、にんじん、たまねぎ、しめじ、切り干しだいこん、きゅうり、根しょうが	ごはん、ごま油、三温糖、さつまいも	601 784	24.3 31.1	
4火	ごはん 牛乳	肉団子と春雨のスープ 笹かまぼこの磯辺揚げ(バ) 五目きんぴら(角)	牛乳、煮干し、削り節、肉団子、笹かまぼこ、あおのり、 豚肉	にんじん、乾しいたけ、もやし、だいこん、根菜ねぎ、ほうれんそう、根しょうが、ごぼう、たけのこ、こんにゃく	ごはん、はるさめ、ごま油、小麦粉、なたね油、米ぬかサラダ油、三温糖	625 784	24.0 29.2	
5水	コッパパンスライス 牛乳	ウインナーとオニオンのスープ ♥焼きそば(バ) ♥フルーツクリーム和え(角)	牛乳、鶏肉、ウインナーソーセージ、 豚肉 、あおのり	たまねぎ、にんじん、ソーセージ、キャベツ、レトルトパイン、ダイズゼリーみかん、ミックスフルーツ(黄桃、白桃、りんご、ラフランス)	コッパパン、米ぬかサラダ油、蒸し中華めん、ホイップクリーム	611 799	25.0 31.6	
6木	地粉うどん 牛乳	肉うどんの汁 ♥揚げ凍り豆腐のきな粉和え(バ) キャベツとブロッコリーのごまドレサダ(角)	牛乳、煮干し、削り節、 豚肉 、昆布、油揚げ、凍り豆腐、きなこ	にんじん、たまねぎ、ごまつな、ブロッコリー、キャベツ	地粉うどん、でん粉、なたね油、上白糖、米ぬかサラダ油、三温糖、ごま	641 817	27.5 33.8	
7金	小)ごはん 中)麦ごはん 牛乳	♥米粉のカレー チキンサラダ(角)	牛乳、 豚肉 、チーズ、ヨーグルト、サラダチキン	にんにく、たまねぎ、にんじん、ソーセージ、トマトピューレー、キャベツ、きゅうり	ごはん、麦ごはん、米ぬかサラダ油、じゃがいも、ココア、バター、米粉、上白糖	630 837	24.2 30.4	
10月	ごはん 牛乳	肉じゃが オムレツのそぼろあんかけ(バ) 毛呂っ子サラダ(角)	牛乳、 豚肉 、煮干し、削り節、オムレツ、鶏肉、生竹輪	にんじん、たまねぎ、しらたき、はくさい、きゅうり	ごはん、米ぬかサラダ油、じゃがいも、三温糖、でん粉、 ゆずジャム 、ごま油	634 811	25.7 31.9	
12水	ごはん 牛乳	ワナタンスープ ♥豚肉のキムチ炒め(角) 角チーズ(ピ)	牛乳、鶏肉、 豚肉 、チーズ	にんじん、たまねぎ、キャベツ、ごまつな、根菜ねぎ、根しょうが、はくさいキムチ、にら	ごはん、ごま油、ワナタンの皮、ドライ、米ぬかサラダ油	634 787	31.5 37.7	
13木	ごはん 牛乳 中濃ソース	鶏肉と白菜のみぞれ汁 あじフライ(バ) キャベツのおかかマヨネーズ風和え(角)	牛乳、鶏肉、煮干し、削り節、油揚げ、あじフライ、かつお節	にんじん、しめじ、はくさい、だいこん、根しょうが、根菜ねぎ、きゅうり、キャベツ	ごはん、ごま油、でん粉、なたね油、マヨネーズタイプ調味料(卵不使用)	628 786	24.1 28.9	
14金	山型食パン 牛乳 チョコクリーム(ピ)	ジュテームスープ ♥ハンバーグのデミグラスソースかけ(バ) カラフルポテト(角)	牛乳、 豚肉 、煮干し、削り節、オムレツ、鶏肉、生竹輪	たまねぎ、にんじん、かぼちゃ、パセリ、とうもろこし、きゅうり	山型食パン、チョコクリーム、大豆、米ぬかサラダ油、さつまいも、バター、米粉、三温糖、デミグラスソース、じゃがいも	654 849	26.0 32.5	
17月	ごはん 牛乳	コロコロ野菜のスープ ♥タコライス(バ) パリパリ塩キャベツ(角) ミニアセロラゼリー(小中①)(ピ)	牛乳、鶏肉、 豚肉	にんじん、たまねぎ、だいこん、とうもろこし、キャベツ、ミニアセロラゼリー	ごはん、米ぬかサラダ油、じゃがいも	636 790	24.7 29.8	
18火	♥わかめごはん 牛乳	豚汁 ぶりのピリ辛照焼き(バ) こんにゃくサラダ(角)	牛乳、 豚肉 、煮干し、削り節、白みそ、ぶり	にんじん、だいこん、たまねぎ、根菜ねぎ、根しょうが、サラダこんにゃく、キャベツ、きゅうり	わかめごはん、米ぬかサラダ油、じゃがいも、三温糖、ごま、でん粉、上白糖、ごま油	628 790	27.7 33.2	
19水	バターロール 牛乳	♥かきたまスープ タンダーチキン(バ) ♥パリジャンサラダ(角)	牛乳、ベーコン、鶏卵、鶏肉、ヨーグルト、チーズ	にんじん、たまねぎ、だいこん、ごまつな、根しょうが、キャベツ、きゅうり、とうもろこし、ブロッコリー	バターロール、米ぬかサラダ油、でん粉、上白糖	636 800	29.3 35.2	
20木	中華めん 牛乳	ごまつたさんのマーボーラーメン 揚げパオズ (小1~3①小4~中②)(バ) 中華サラダ(角)	牛乳、 豚肉 、豆腐、パオズ	根しょうが、にんにく、根菜ねぎ、にんじん、たけのこ、にら、きゅうり、もやし、ごまつな	中華めん、米ぬかサラダ油、三温糖、でん粉、ごま油、なたね油、上白糖、ごま	638 784	27.3 33.0	
21金	ドライカレー ♥飲むヨーグルト(学)	米粉のホワイトソース ハム入りキャベツのサラダ(角)	飲むヨーグルト、鶏肉、牛乳、脱脂粉乳、生クリーム、ソーダハム	たまねぎ、にんじん、しめじ、きゅうり、キャベツ	ドライカレー、米ぬかサラダ油、じゃがいも、米粉、バター、上白糖	642 811	20.4 24.9	
25火	フラワーロール 牛乳	帆立とガルバンゾビーンズのチャウダー たこメンチカツ(バ) ラッキーサラダ(角) いよかんゼリー(学)	牛乳、ベーコン、ひよこまめ、ほたてがけ、たこメンチカツ、生竹輪	たまねぎ、にんじん、キャベツ、とうもろこし	フラワーロール、米ぬかサラダ油、じゃがいも、バター、米粉、なたね油、上白糖、いよかんゼリー	609 814	23.8 30.1	
26水	ごはん 牛乳	沢煮碗 鮭のマヨネーズ風焼き(バ) 切り干し大根のシャキシャキそぼろ(角)	牛乳、煮干し、削り節、 豚肉 、かまぼこ、豆腐、塩鮭、鶏肉	ごぼう、にんじん、えのきたけ、乾しいたけ、根菜ねぎ、たまねぎ、切り干しだいこん	ごはん、マヨネーズタイプ調味料(卵不使用)、米ぬかサラダ油、三温糖	635 801	31.7 38.9	
27木	ごはん 牛乳	親子煮 わかさぎフリッター (小1~3①小4~中②)(バ) キャベツと油揚げのお浸し(角)	牛乳、鶏肉、煮干し、削り節、鶏卵、わかさぎフリッター、油揚げ、かつお節	にんじん、たまねぎ、もやし、キャベツ	ごはん、米ぬかサラダ油、三温糖、じゃがいも	656 821	26.5 31.9	
28金	ごはん 牛乳	なめこさつまいものみそスープ ♥鶏肉のから揚げ(バ) ツナとゆずのサラダ(角)	牛乳、煮干し、削り節、豆腐、油揚げ、赤みそ、鶏肉、まぐろフレーク、チーズ	なめこ、ほうれんそう、根菜ねぎ、根しょうが、キャベツ、きゅうり、にんじん、 ゆず果汁	ごはん、さつまいも、でん粉、なたね油、米ぬかサラダ油、上白糖	665 832	26.1 31.3	
給食回数			18回			(学)・・・学校配達 (角)・・・角食缶 (バ)・・・バット (ピ)・・・ピニール袋 (小)・・・小学校 (中)・・・中学校		
						平均栄養量	634 805	26.1 32.0

※ 材料入荷の都合により献立を突然変更することや、欠品することがあります。
 ※ O-157対策のため生野菜をひかえた献立になっています。ご理解とご協力をお願いいたします。
 ※ ♥の料理は、小学6年生と中学3年生が回答した「もう一度食べたい給食アンケート」で希望のあったものです。

2月25日(火)の「受験生応援献立」は、縁起が良い語呂などをたくさん詰め込んだメニューにしました!



◎帆立とガルバンゾビーンズのチャウダー

帆立・・・帆立の養殖は、海底に落ちないようにロープに吊るして育てるそうです。
 ガルバンゾビーンズ・・・ひよこ豆の別名。ガルバンゾを少し並べ替えると「頑張るぞ!」

◎ラッキーサラダ

コーン(幸運)がたっぷり入っています。
 穴が開いて先の見通しが良い竹輪も入っています。

◎いよかんゼリー

いよかん→「い〜予感♥」

◎タコメンチカツ

タコ→「多幸」 カツ→「勝つ!」

みなさんの願いが
 かないますように!

