

令和5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	献立名		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)	主に熱や固く力になる食品 (黄色の食品)	エネルギー kcal	たんぱく質 g
1木	コッペパン スライス 牛乳	ラビオリスープ 焼きウインナーチリソースかけ(バ) カラフルポテト(角)	牛乳、豚肉、ウインナー ソーセージ	にんじん、たまねぎ、もやし、ほうれん そう、とうもろこし、きゅうり	コッペパン、米ぬかサラダ 油、ポークラビオリ、三温 糖、でん粉、じゃがいも	613 768	27.4 33.3
2金	ごはん 牛乳	節分汁 いわしのみぞれ煮(バ) ごぼうサラダ(角)	牛乳、鶏肉、煮干し、削り 節、だいず、赤みそ、 白みそ、いわしのみぞ れ煮	根しょうが、にんじん、だいこん、こん にやく、根深ねぎ、ごぼう、とうもろこし、 きゅうり	ごはん、ごま油、じゃがい も、マヨネーズタイプ調味料 (卵不使用)、上白糖	644 805	25.3 30.4
5月	ごはん 牛乳	豚玉毛井の具 竹輪のサラダ(角)	牛乳、煮干し、削り節、 豚肉、鶏卵、生竹輪	たまねぎ、ゆず、みつば、きゅうり、に んじん、キャベツ	ごはん、三温糖、ごま、ごま 油	622 797	28.7 35.7
6火	ミニココア 揚げパン(バ) 牛乳	鶏肉とマカロニのクリーム煮 ハムとキャベツの マヨネーズサラダ(角) 角チーズ(中)(ピ)	牛乳、鶏肉、ポークハ ム、チーズ	にんじん、たまねぎ、とうもろこし、キャ ベツ、きゅうり	米ぬかサラダ油、じゃがい も、マカロニ、米粉、バター、 コッペパン、なたね油、上白 糖、ココア、マヨネーズタイ プ調味料(卵不使用)	622 736	22.4 27.7
7水	ごはん 牛乳	ジャーマンスープ タコライスの具(バ) パリパリ塩キャベツ(角)	牛乳、ウインナーソー セージ、豚肉	たまねぎ、にんじん、パセリ、キャベツ	ごはん、米ぬかサラダ油、 じゃがいも	634 783	24.1 28.4
8木	ごはん 牛乳	のっぺい汁 白ごまつくねのみそがらめ (小1・2年①小3~②)(バ) キャベツのおかかマヨネーズ風和え(角)	牛乳、焼き竹輪、煮干 し、削り節、生揚げ、白 ごまつくね、赤みそ、か つお節	にんじん、だいこん、こんにやく、乾しい たけ、根深ねぎ、きゅうり、キャベツ	ごはん、米ぬかサラダ油、さ いとも、でん粉、ごま油、三 温糖、マヨネーズタイプ調味 料(卵不使用)	638 769	21.5 24.4
9金	地粉うどん 牛乳	肉うどんの汁 竹輪の磯辺揚げ(バ) きゅうりともやしのごまドレサラダ(角)	牛乳、煮干し、削り節、 豚肉、昆布、油揚げ、 焼き竹輪、あおのり	にんじん、たまねぎ、ごまつな、もやし、 きゅうり、とうもろこし	地粉うどん、小麦粉、なたね 油、米ぬかサラダ油、三温 糖、ごま	603 813	24.3 32.2
13火	ごはん 牛乳	ごまみそ汁 コロッケ(バ) 豚肉と切り干し大根のカレーきんぴら(角)	牛乳、豚肉、煮干し、削 り節、白みそ、赤みそ	ごぼう、にんじん、たまねぎ、はくさい、 切干しだいこん、こんにやく	ごはん、米ぬかサラダ油、 ごま、ポテトコロッケ、なた ね油、三温糖	602 768	19.5 23.4
14水	ツイストパン 牛乳	米粉の白菜入りクリームシチュー オムレツのミートソースかけ(バ) グリーンサラダ(角)	牛乳、鶏肉、オムレツ、 豚肉	たまねぎ、にんじん、しめじ、はくさい、 きゅうり、キャベツ、ブロッコリー	ツイストパン、米ぬかサラ ダ油、じゃがいも、バター、米 粉、三温糖、上白糖	625 847	24.5 31.8
15木	ごはん 牛乳	マーボー豆腐 中華サラダ(角) 黒ごまプリン(学)	牛乳、豚肉、豆腐	にんにく、根しょうが、根深ねぎ、にんじ ん、たけのこ、きゅうり、もやし、ごまつ な	ごはん、米ぬかサラダ油、 三温糖、でん粉、上白糖、 ごま油、黒ごまプリン	703 876	28.1 34.3
16金	ごはん 牛乳	トック入りキムチスープ タッカンジョン(バ) 大豆もやしのナムル(角)	牛乳、鶏肉	根しょうが、はくさいキムチ、キャベツ、 根深ねぎ、にんにく、にんじん、大豆も やし、ごまつな	ごはん、米ぬかサラダ油、 トック、ごま油、でん粉、なた ね油、三温糖、ごま、ラー 油	681 862	23.9 28.5
19月	ごはん 牛乳 中濃ソース	肉じゃが 鮭フライ(バ) 野菜の昆布しょうゆ和え(角)	牛乳、豚肉、煮干し、削 り節、鮭フライ、昆布	にんじん、たまねぎ、しらたき、きゅう り、キャベツ	ごはん、米ぬかサラダ油、 じゃがいも、三温糖、なたね 油	667 826	24.6 29.8
20火	バターロール コーヒーマルク(学)	アルファベットスープ 鶏肉の桂木焼き(バ) パリジャンサラダ(角)	コーヒーマルク、ベー コン、鶏肉、チーズ	にんじん、たまねぎ、はくさい、キャ ベツ、きゅうり、とうもろこし	バターロール、米ぬかサラ ダ油、じゃがいも、アルファ ベットマカロニ、ゆずジャム、 上白糖	656 880	24.4 31.2
21水	ごはん 牛乳	かきたま汁 ハンバーグのおろしソースかけ(バ) ひじききんぴら(角)	牛乳、かつおぶし、なると、 鶏卵、ハンバーグ、 豚肉、ひじき	にんじん、たまねぎ、ごまつな、だいこ ん、しめじ、ごぼう、こんにやく	ごはん、でん粉、三温糖、 米ぬかサラダ油、ごま	640 807	25.9 31.4
22木	小)ごはん 中)麦ごはん 牛乳	米粉のチキンカレー ツナサラダ(角)	牛乳、鶏肉、チーズ、 ヨーグルト、まぐろフ レーク	にんにく、たまねぎ、にんじん、ソテー オニオン、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	637 840	22.9 28.6
26月	ごはん 牛乳	八宝菜 レバーの パーベキューソースあえ(角)	牛乳、豚肉、いか、うず ら卵、豚レバー竜田揚 げ	根しょうが、にんにく、にんじん、たけの こ、もやし、はくさい、チンゲンサイ	ごはん、米ぬかサラダ油、 でん粉、ごま油、なたね油、 三温糖	603 775	26.6 33.2
27火	わかめごはん 牛乳	豚汁 さばの塩焼き(バ) ブロッコリーのおかか和え(角)	牛乳、豚肉、煮干し、削 り節、白みそ、塩さば、 かつお節	にんじん、だいこん、たまねぎ、根深ね ぎ、ブロッコリー	わかめごはん、米ぬかサラ ダ油、じゃがいも	658 826	27.5 33.3
28水	中華めん 牛乳	サンマーマン 春巻き(バ) 杏仁豆腐(角)	牛乳、豚肉、春巻き	根しょうが、にんにく、にんじん、たまね ぎ、たけのこ、乾しいたけ、もやし、はく さい、根深ねぎ、レトルトパン、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)	中華めん、ごま油、でん粉、 なたね油、杏仁ゼリー	654 843	21.3 26.5
29木	ごはん 牛乳	肉団子と春雨のスープ ブルコギポーク(角)	牛乳、肉団子、豚肉	にんじん、乾しいたけ、根深ねぎ、キャ ベツ、チンゲンサイ、根しょうが、にん にく、たまねぎ、もやし、レモン果汁、に ら	ごはん、はるさめ、ごま油、 米ぬかサラダ油、三温糖	633 805	25.5 31.5
給食回数			19回	(学)・・・学校配送 (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	639 812	24.7 30.3
※ 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。			※ 0-157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。			基準栄養量	
※ ♡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。						630	21.1
						805	27.0

節分献立

2024世界卓球選手権開催国
韓国献立

神奈川県のご当地グルメ