


# 2月 献立予定表

2017. 2 新発田市学校給食北共同調理場

	月	火	水	木	金	
<b>献立</b> 		<b>日付 学校の給食予定</b> <b>配膳図と献立名</b> 太字は郷土料理と地場産物です。	<b>1 二小3年なし</b> じゃがいものきんぴら とりの照り焼き ごはん 呉汁	<b>2</b> フロッコリーのソテー お麩のグラタン チョコチップ パン ポーク ビーンズ	<b>3 節分献立</b> 節分豆 カレーもやし いわしのかば焼き ごはん 沢煮わん	
	赤	<b>体をつくる食品</b>	とり肉・さつま揚げ・うす揚げ・大豆ペースト・牛乳	スキムミルク・チーズ・ふた肉・ベーコン・白いんげん豆・牛乳	いわし・ふた肉・かまぼこ・大豆・牛乳	
	黄	<b>熱や力になる食品</b>	米・じゃがいも・油・でん粉・砂糖・ごま	小麦粉・砂糖・油・麩・じゃがいも・チョコチップ	米・でん粉・砂糖・油・春雨・小麦粉・ごま	
	緑	<b>体の調子を整える食品</b>	ごぼう・にんじん・こんにゃく・さやいんげん・だいこん・ぶなしめじ・はくさい・長ねぎ	たまねぎ・にんじん・キャベツ・コーン・フロッコリー・マッシュルーム	もやし・にんじん・ほうれんそう・ごぼう・えのきたけ・たけのこ・さやえんどう	
	エネルギー	小学校のエネルギー 中学校のエネルギー	615 kcal   746 kcal	710 kcal   886 kcal	647 kcal   780 kcal	
<b>献立</b> きりざい さばのみそ煮 ごはん 大根のみそ汁	<b>6</b> れんこんの白あえ えびカツ ごはん 梅ごはん たぬき汁	<b>7</b> ヨーグルト 白身魚の昆布あえ 薬味ソース ごはん 里芋豚汁	<b>8</b> いよかんゼリー ひじきサラダ 大豆入りソフトめん ミートソース	<b>9 東小5年なし</b> キャベツのおひたし 豚丼の具 ごはん 三平汁	<b>10 外小4年、加小5・6年なし</b> ぶり肉・鮭・とうふ・牛乳 米・麦・じゃがいも・油・砂糖・バター	
	赤	さば・納豆・チーズ・うす揚げ・牛乳	えび・たらすり身・さつま揚げ・うす揚げ・牛乳	ホキ・昆布・ふた肉・とうふ・ヨーグルト・牛乳	ひじき・ふた肉・大豆・チーズ・寒天・牛乳	
	黄	米・でん粉・ごま・じゃがいも・砂糖	米・でん粉・パン粉・小麦粉・油・ごま・砂糖	米・でん粉・油・砂糖・ごま油・ごま・里芋	小麦粉・油・バター・砂糖	米・麦・じゃがいも・油・砂糖・バター
	緑	しょうが・たくあん・小松菜・にんじん・だいこん・ぶなしめじ・長ねぎ	梅・たまねぎ・れんこん・にんじん・小松菜・だいこん・こんにゃく・えのきたけ・しょうが・長ねぎ	しょうが・長ねぎ・もやし・キャベツ・きゅうり・にんじん・ごぼう・だいこん	きゅうり・キャベツ・にんじん・しょうが・たまねぎ・セロリー・マッシュルーム・梅・トマト・いよかん	たまねぎ・キャベツ・きゅうり・もやし・にんじん・ごぼう・だいこん・こんにゃく・長ねぎ
	エネルギー	694 kcal   840 kcal	644 kcal   783 kcal	661 kcal   788 kcal	718 kcal   867 kcal	673 kcal   829 kcal
<b>献立</b> 春雨の炒め物 えびしゅうまい (2個) ごはん 中華風漬菜スープ	<b>13 本中なし</b> ぼんかん オータムボエムの おひたし ししゃもフライ (2個) わかめごはん 新発田麩の みそ汁	<b>14 ★一中受験生応援献立★ 東小2年なし</b> 型ぬきレアチーズ もやし のナムル 豆腐 ピピンバ (麦ごはん・ スープ 豚肉とぜんまいの炒め物)	<b>15</b> 中華サラダ とり肉の竜田揚げ りんごパン ワンタン スープ	<b>16 ★本中受験生応援献立★</b> カットりんご 切干大根の炒め煮 さけの塩焼き ごはん こんにゃく	<b>17 ★食育の日献立★</b> とり肉・ふた肉・さけ・あさり・ほたて・かまぼこ・牛乳 米・里芋・砂糖	
	赤	えび・いとよりだい・ふた肉・卵・牛乳	わかめ・ししゃも・じゃがいも・とうふ・牛乳	ぶり肉・ベーコン・とうふ・あさり・わかめ・チーズ・牛乳	とり肉・ハム・ふた肉・牛乳	とり肉・ふた肉・さけ・あさり・ほたて・かまぼこ・牛乳
	黄	米・パン粉・砂糖・小麦粉・春雨・ごま油・じゃがいも・でん粉・油	米・砂糖・小麦粉・大豆粉・油・新発田麩	米・麦・砂糖・ごま・ごま油・油	小麦粉・スキムミルク・でん粉・米粉・油・砂糖・春雨・ワンタン・ごま油	米・里芋・砂糖
	緑	たまねぎ・にんじん・たけのこ・きくらげ・にら・えのきたけ・野菜・長ねぎ	コーン・キャベツ・もやし・オータムボエム・だいこん・えのきたけ・長ねぎ・ぼんかん	にんにく・しょうが・ぜんまい・もやし・ほうれんそう・干しいたけ・にんじん・長ねぎ	にんじん・キャベツ・メンマ・干しいたけ・もやし・長ねぎ・りんご	にんじん・切干大根・干しいたけ・ごぼう・れんこん・こんにゃく・たけのこ・さやえんどう・りんご
	エネルギー	600 kcal   754 kcal	625 kcal   759 kcal	629 kcal   757 kcal	662 kcal   838 kcal	627 kcal   752 kcal
<b>献立</b> ごまあえ にしんの照り煮 ごはん じゃがいもとわかめ のみそ汁	<b>20</b> ⊕オムレツ ポークカレー わかめ (麦ごはん) サラダ	<b>21</b> 小袋ソース ゆかりあえ 豆コロッケ ごはん おでん	<b>22</b> 磯香あえ さつまいもと大豆 の揚げ煮 ゆでうどん 和風汁	<b>23</b> ルレクチャルト 寒天サラダ 甘酢肉団子 (2個) ごはん すいきの みそ汁	<b>24</b> とり肉・わかめ・とうふ・牛乳 ぶり肉・わかめ・スキムミルク・牛乳・卵 米・じゃがいも・ごま・砂糖・でん粉 小松菜・もやし・にんじん・えのきたけ・長ねぎ・しょうが たまねぎ・にんじん・にんにく・キャベツ・きゅうり・枝豆・コーン 大豆・ふた肉・とり肉・昆布・うずら卵・牛乳 米・パン粉・小麦粉・でん粉・砂糖・油・里芋 キャベツ・きゅうり・もやし・ゆかり・だいこん・にんじん・たまねぎ・こんにゃく にんじん・小松菜・もやし・干しいたけ・たけのこ・たまごたけ・はくさい・長ねぎ たまねぎ・しょうが・にんじん・キャベツ・きゅうり・すいき・えのきたけ・はくさい・長ねぎ・ルレクチャレ	
	赤	にしん・わかめ・とうふ・牛乳	ぶり肉・わかめ・スキムミルク・牛乳・卵	大豆・ふた肉・とり肉・昆布・うずら卵・牛乳	大豆・とり肉・のり・うす揚げ・かまぼこ・牛乳	とり肉・寒天・うす揚げ・打ち豆・豆乳・牛乳
	黄	米・じゃがいも・ごま・砂糖・でん粉	米・麦・油・砂糖・じゃがいも・バター	米・パン粉・小麦粉・でん粉・砂糖・油・里芋	小麦粉・さつまいも・砂糖・油	米・パン粉・砂糖・こんにゃく粉・里芋・小麦粉・水あめ・マーガリン・米粉・油・ごま油
	緑	小松菜・もやし・にんじん・えのきたけ・長ねぎ・しょうが	たまねぎ・にんじん・にんにく・キャベツ・きゅうり・枝豆・コーン	キャベツ・きゅうり・もやし・ゆかり・だいこん・にんじん・たまねぎ・こんにゃく	にんじん・小松菜・もやし・干しいたけ・たけのこ・たまごたけ・はくさい・長ねぎ	たまねぎ・しょうが・にんじん・キャベツ・きゅうり・すいき・えのきたけ・はくさい・長ねぎ・ルレクチャレ
	エネルギー	621 kcal   749 kcal	667 kcal   888 kcal	683 kcal   835 kcal	687 kcal   833 kcal	675 kcal   792 kcal
<b>献立</b> きんぴらごぼう ぶりの照り焼き ごはん すいとん汁	<b>27</b> たくあんあえ チキンたれかつ ごはん もずく汁	<b>***お知らせ***</b> <b>1 2月の地場産物</b> 米・にんじん・だいこん・はくさい・長ねぎ・えのきたけ・里芋・オータムボエム・すいき・新発田麩・あやめみそ <b>2 小・中学校のエネルギー基準値</b> 小学校中学年の基準：640kcal 中学校の基準：820kcal <b>3 受験生応援献立 14日、16日</b> 第一中学校と本丸中学校のみなさんが考えた「受験生応援献立」が登場します。勉強に集中するためには、毎日3食しっかり食することが大切です。食事をきちんととると、脳へのエネルギーも満たされるため、記憶力や集中力が増します。				
	赤	ぶり・さつま揚げ・うす揚げ・牛乳	とり肉・もずく・とうふ・牛乳			
	黄	米・里芋・小麦粉・砂糖・ごま油・ごま・でん粉	米・じゃがいも・パン粉・小麦粉・砂糖・油・ごま			
	緑	にんじん・こんにゃく・ごぼう・さやいんげん・えのきたけ・干しいたけ・はくさい・長ねぎ	たくあん・キャベツ・きゅうり・にんじん・えのきたけ・長ねぎ			
	エネルギー	688 kcal   834 kcal	623 kcal   762 kcal			

\* 献立は都合により、変更となる場合がありますのでご了承ください。  
 \* アレルギーをお持ちのお子さんは献立内容表でご確認ください。

