

# 2月 献立予定表

2018.2 新発田市学校給食北共同調理場

	月	火	水	木	金
<b>献立</b> ***お知らせ*** 1. 2月の地場産物 米・あやめみそ・とうふ・あつあげ・やきとうふ えのきたけ・白菜・大根・にんじん 長ねぎ・ごぼう・オータムポエム  2. 小・中学校のエネルギー基準値 小学校中学年の基準：640kcal 中学校の基準：820kcal エネルギー	<b>日付 学校の給食予定</b> <b>配膳図と献立名</b> <b>太字は郷土料理と地場産物です。</b> <b>体をつくる食品</b> <b>熱や力になる食品</b> <b>体の調子を整える食品</b> 小学校のエネルギー   中学校のエネルギー		<b>1</b> 白菜のフレンチサラダ オムレツ チョコチップパン   クラム チャウダー	<b>2</b> ★節分献立★ 二小3年なし 節分豆 カレーもやし いわしのかばやき ごはん   新発田心の みそ汁	
	<b>赤</b>			たまご・ベーコン・あさり・白いんげん豆 ペースト・スキムミルク・牛乳	いわし・あつあげ・大豆・牛乳
	<b>黄</b>			小麦粉・ショートニング・チョコチップ・さとう・油・バター・じゃがいも・大豆油	米・油・さとう・ごま・じゃがいも・新発田心・でん粉・小麦粉・米粉・黒糖
	<b>緑</b>			白菜・きゅうり・コーン・玉ねぎ・にんじん・ぶなしめじ・パセリ	もやし・にんじん・ほうれん草・大根・えのきたけ・長ねぎ
	エネルギー			666 kcal   841 kcal	662 kcal   769 kcal
<b>献立</b>	<b>5</b> ちくわのサラダ ソイどんの具 麦ごはん   ゆばのすまし汁	<b>6</b> くきわかめの 鶏肉の 中華あえ   ごまだれかけ ごはん   みそワタシ スープ	<b>7</b> ツナのり酢あえ 和風ハンバーグ ごはん   なめこの みそ汁	<b>8</b> いよかんゼリー ブロッコリー サラダ ソフトめん   ミートソース	<b>9</b> ほうれん草のおひだし さばのみそ煮 ごはん   冬野菜の ごまみそ汁
<b>赤</b>	とり肉・大豆・ちくわ・とうふ・ゆば・牛乳	とり肉・くきわかめ・ぶた肉・牛乳	とり肉・ぶた肉・ツナ・のり・あつあげ・大豆ペースト・牛乳	ぶた肉・大豆・チーズ・牛乳	あつあげ・さば・牛乳
<b>黄</b>	米・麦・油・さとう	米・油・さとう・ごま・小麦粉・米粉	米・さとう・でん粉・里いも・牛脂	小麦粉・油・さとう・オリーブ油	米・里いも・ごま・でん粉・さとう
<b>緑</b>	にんじん・玉ねぎ・さやいんげん・キャベツ・きゅうり・コーン・えのきたけ・たけのこ・水菜・干しいたけ・ごぼう	キャベツ・きゅうり・にんじん・メンマ・もやし・干しいたけ・にら・長ねぎ	もやし・にんじん・こまつな・大根・なめこ・長ねぎ・玉ねぎ	しょうが・にんにく・玉ねぎ・にんじん・セロリー・マッシュルーム・トマト・ブロッコリー・キャベツ・いよかん	ほうれん草・にんじん・キャベツ・こんにゃく・もやし・大根・白菜・長ねぎ
エネルギー	627 kcal   771 kcal	682 kcal   842 kcal	638 kcal   784 kcal	674 kcal   812 kcal	653 kcal   815 kcal
<b>献立</b>	<b>12</b> <b>ふいかえ休日</b> 	<b>13</b> おかかマヨあえ ぶたどんの具 ごはん   たぬき汁	<b>14 東小2年なし</b> チャプチェ ししゃもフライ わかめごはん   肉だんご 白菜のスープ	<b>15 東小5年、本中なし</b> ヨーグルト ひじきサラダ チリコンカン せわり コッペパン   冬野菜の コンソメスープ	<b>16</b> そくせきづけ チキンタレカツ ごはん   雪見汁
<b>赤</b>		ぶた肉・かつお節・さつまあげ・油あげ・牛乳	わかめ・ししゃも・とり肉・牛乳	ぶた肉・大豆・チーズ・ひじき・ウィンナー・牛乳・ヨーグルト・スキムミルク	とり肉・わかめ・ぶた肉・牛乳・白玉もち
<b>黄</b>		米・油・さとう・でん粉・ノンエッグマヨネーズ	米・油・ごま油・はるさめ・さとう・でん粉・パン粉・小麦粉	小麦粉・さとう・油・パン粉・オリーブ油	米・油・さとう・里いも・パン粉・小麦粉・でん粉
<b>緑</b>		にんじん・玉ねぎ・もやし・ピーマン・こんにゃく・キャベツ・こまつな・大根・えのきたけ・しょうが・長ねぎ	しょうが・にんにく・にんじん・玉ねぎ・たけのこ・きくらげ・にら・干しいたけ・白菜・チンゲンサイ・長ねぎ	しょうが・にんにく・玉ねぎ・マッシュルーム・トマト・きゅうり・キャベツ・にんじん・梅肉ペースト・大根・白菜・れんこん	キャベツ・きゅうり・にんじん・白菜・えのきたけ・長ねぎ・大根
エネルギー		681 kcal   841 kcal	634 kcal   741 kcal	657 kcal   819 kcal	607 kcal   739 kcal
<b>献立</b>	<b>19 ★食育の日献立★</b> ミルメークコーヒー アーモンドあえ いわしの梅煮 ごはん   こにもん	<b>20</b> ブロッコリーの 中華あえ   えびシューマイ マーボーどん (麦ごはん)	<b>21</b> チーズ入り きりざい   たまごやき ごはん   里いもの そぼろ煮	<b>22</b> 昆布あえ きなこいも ゆでうどん   すきやき汁	<b>23</b> 切干大根の いため煮   さわら西京やき ごはん   白菜のみそ汁
<b>赤</b>	いわし・とり肉・ほたて・かまぼこ・牛乳	えび・たら・ほたて・ぶた肉・大豆・とうふ	たまご・納豆・チーズ・とり肉・あつあげ・牛乳	大豆・きなこ・昆布・ぶた肉・やきとうふ・牛乳	さわら・ぶた肉・あつあげ・牛乳
<b>黄</b>	米・アーモンド・さとう・里いも	米・麦・パン粉・さとう・ごま油・ごま・油・でん粉	米・ごま・油・里いも・さとう・でん粉	小麦粉・さつまいも・油・さとう	米・油・さとう・じゃがいも
<b>緑</b>	キャベツ・もやし・オータムポエム・にんじん・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・うめ	玉ねぎ・ブロッコリー・キャベツ・コーン・しょうが・にんにく・にんじん・メンマ・干しいたけ・にら・長ねぎ	たくあん・こまつな・にんじん・しょうが・玉ねぎ・こんにゃく・さやいんげん	にんじん・キャベツ・こんにゃく・きゅうり・玉ねぎ・白菜・干しいたけ・えのきたけ・長ねぎ	にんじん・切干大根・たくあん・さやいんげん・白菜・えのきたけ
エネルギー	641 kcal   778 kcal	694 kcal   877 kcal	676 kcal   805 kcal	680 kcal   845 kcal	606 kcal   734 kcal
<b>献立</b>	<b>26 ★妙高はね馬国体献立★</b> 味つけのり ごま酢あえ   えびと大豆の あげがらめ ごはん   スキー汁	<b>27</b> れんこんのきんぴら ぶりのてりやき ごはん   みそかきたま汁	<b>28 ★受験生応援献立★</b> 海そうサラダ   ミニカツ ポークカレー (麦ごはん)	<b>かせ・インフルエンザの流行時期です!</b>  <b>寒い季節の手洗い</b> <b>きちんと</b> <b>していただきますか?</b> 寒くなると水が冷たくなり、手洗いがおろそかになりがちです。冬場の手洗いは、かぜの予防にも効果的ですのでしっかり行うようにしましょう。	
<b>赤</b>	えび・大豆・ぶた肉・とうふ・のり・牛乳	ぶり・さつまあげ・とうふ・たまご・牛乳	ぶた肉・スキムミルク・海そうミックス・牛乳		
<b>黄</b>	米・油・さとう・ごま・さつまいも・でん粉	米・ごま油・さとう・じゃがいも・でん粉	米・麦・油・バター・じゃがいも・さとう・ごま油・パン粉・小麦粉		
<b>緑</b>	こまつな・こんにゃく・もやし・にんじん・ごぼう・干しいたけ・大根・長ねぎ	にんじん・れんこん・えのきたけ・玉ねぎ・こんにゃく・ほうれん草	にんにく・玉ねぎ・にんじん・りんご・きゅうり・キャベツ・コーン		
エネルギー	625 kcal   765 kcal	665 kcal   804 kcal	702 kcal   804 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。