

# 2月 献立予定表

2022.2 新発田市学校給食北共同調理場

月		火	水	木	金
献立	日付 学校の給食予定	1 豊浦小3年なし	2 節分メニュー	3 豊浦小4年なし	4 二小3年なし
	配膳図と献立名 太字は郷土料理と地場産物です。	じゃがいものカレーいため さわらのしおこうじゃき ごはん しばたふのぼかぼかじる	のりおにたいじサラダ ちくわの天ぷら うめこんぶごはん ざつまいものみそ汁	もやしのサラダ ほうれんそうのオムレツ 黒糖パン ミネストローネ	ぼんかん ちゅうかツナサラダ ちゅうかあんかけ(ごはん)
赤	体をつくる食品	サワラ・ぶた肉・さつまいも・牛乳	昆布・タラ・グチ・あおさ・ひじき・青大豆・魚肉・厚揚げ・牛乳・のり・かつお削り節・いりこ	たまご・ベーコン・あさり・大豆・牛乳	ぶた肉・うずら卵・ツナ缶・牛乳
黄	熱や力になる食品	米・ごま油・じゃがいも・砂糖・ごま・新発田麩・でん粉	米・揚げ油・小麦粉・でん粉・砂糖・ノンエッグマヨネーズ・さつまいも	パン・黒砂糖・砂糖・オリーブ油・じゃがいも・大豆油	米・米油・でん粉・ごま油・砂糖
緑	体の調子を整える食品	にんじん・こんにゃく・さやいんげん・だいこん・えのきたけ・しょうが・長ねぎ	梅・大根・キャベツ・にんじん・えのきたけ・もやし・長ねぎ・しいたけ	ほうれん草・もやし・キャベツ・とうもろこし・玉ねぎ・にんにく・にんじん・セロリ・トマト	しょうが・にんにく・にんじん・玉ねぎ・たけのこ・しめじ・はくさい・きくらげ・チンゲン菜・だいこん・もやし・きゅうり・ぼんかん
エネルギー	小学校:エネルギー 中学校:エネルギー	585 kcal   726 kcal	605 kcal   727 kcal	574 kcal   754 kcal	603 kcal   740 kcal
献立	7	8 豊浦小5・6年なし	9	10	11
	りんごゼリー しょうゆフレンチ ポークカレー(ごはん)	きらずいり ぼっけのさいきょうやき ごはん かきたま汁	たくあんサラダ ござかなのかりかりフライ(2こ) ごはん マーボー豆腐	ヨーグルト ツナとだいこんのサラダ ソフトめん ミートソース	建国記念の日
赤	ぶた肉・スキムミルク・牛乳	ホッケ・とり肉・豆乳・おから・かまぼこ・とうふ・たまご・牛乳	ワカサギ(東豊小のみシシャモ)・とり肉・大豆・とうふ・牛乳	ぶた肉・大豆・ツナ缶・ヨーグルト・牛乳	
黄	米・バター・じゃがいも・オリーブ油・カレールーウ・砂糖	米・米油・砂糖・でん粉	米・揚げ油・ごま油・米油・砂糖・でん粉・米粉・玄米粉	ソフトめん・米油・オリーブ油・砂糖・ハヤシルウ	
緑	しょうが・にんにく・玉ねぎ・にんじん・チャツネ・りんご・キャベツ・もやし	長ねぎ・にんじん・ごぼう・しいたけ・こんにゃく・こまつな・しめじ	たくあん・もやし・きゅうり・にんじん・しょうが・にんにく・たけのこ・しいたけ・長ねぎ	にんにく・しょうが・玉ねぎ・にんじん・セロリ・マッシュルーム・トマト・だいこん・きゅうり	
エネルギー	667 kcal   823 kcal	582 kcal   712 kcal	685 kcal   820 kcal	695 kcal   833 kcal	
献立	14 バレンタインメニュー	15	16 豊浦小リクエストメニュー	17	18 食育の日メニュー
	カレマヨサラダ ハートのハンバーグ いろどりごはん わかめスープ	きりざい さばのみそに ごはん さわにわん	チョコクレープ はるさめ サラダ チキンたれカツ わかめごはん ウンタンスープ	アーモンドキャベツ チリコンカン コッペパン はくさいのスープ	くきわかめのきんぴら あつやたまご ごはん こにもん
赤	とり肉・ぶた肉・かつお節・なると・とうふ・わかめ・牛乳	サバ・納豆・ぶた肉・かまぼこ・牛乳	わかめ・とり肉・ぶた肉・牛乳	ぶた肉・大豆・ウィンナー・牛乳	たまご・くきわかめ・ぶた肉・とり肉・ほたて・かまぼこ・牛乳
黄	米・春雨・ノンエッグマヨネーズ・ごま油・砂糖・でん粉	米・春雨・砂糖・でん粉	米・パン粉・小麦粉・揚げ油・砂糖・春雨・ごま油・ウンタンの皮・チョコクレープ	パン・アーモンド・じゃがいも	米・ごま油・砂糖・さといも
緑	広島菜・京菜・大根菜・とうもろこし・梅・かぼちゃ・ほうれん草・玉ねぎ・にんにく・しょうが・たくあん・キャベツ・にんじん・もやし・長ねぎ	たくあん・のざわな・もやし・にんじん・ごぼう・えのきたけ・たけのこ・こまつな	もやし・きゅうり・にんじん・しいたけ・メンマ・長ねぎ	にんにく・しょうが・玉ねぎ・マッシュルーム・トマト・キャベツ・きゅうり・にんじん・セロリ・しめじ・はくさい・ブロッコリー	にんじん・こんにゃく・さやいんげん・しいたけ・ごぼう・れんこん・たけのこ
エネルギー	628 kcal   772 kcal	646 kcal   754 kcal	686 kcal   783 kcal	605 kcal   826 kcal	605 kcal   745 kcal
献立	21	22	23	24	25
	カレーもやし ぶりたれカツ ごはん さげかす豚汁	ちゅうかサラダ はるまき ごはん サンラータンスープ	天皇誕生日	おからのとうにゅうに とうふよせ ゆでうどん カレー なんばん汁	のりすあえ かますのしょうゆやき ごはん わかめのみそ汁
赤	ぶり・ぶた肉・とうふ・牛乳	ぶた肉・とうふ・たまご・牛乳		とうふ・タラ・とり肉・油揚げ・豆乳・おから・牛乳	ミナミカゴカマス・ツナ缶・のり・厚揚げ・わかめ・牛乳
黄	米・パン粉・小麦粉・揚げ油・砂糖・じゃがいも・酒かす	米・小麦粉・米粉・揚げ油・春雨・ごま油・砂糖・でん粉		ゆでうどん・米油・砂糖・でん粉・さつまいも・カレールーウ	米・じゃがいも・砂糖
緑	もやし・にんじん・こまつな・ごぼう・だいこん・こんにゃく・長ねぎ	もやし・きゅうり・にんじん・しいたけ・玉ねぎ・長ねぎ・チンゲン菜・キャベツ・しょうが		長ねぎ・しいたけ・ごぼう・にんじん・こんにゃく・しめじ・玉ねぎ・こまつな・かぼちゃ	にんじん・こまつな・もやし・えのきたけ
エネルギー	615 kcal   754 kcal	644 kcal   761 kcal		713 kcal   856 kcal	570 kcal   703 kcal
献立	28	朝ごはんを食べよう ①~④がそろった食事をしてね!			
	いよかんゼリー コールスローサラダ ハヤシルイス(ごはん)	<p>①パワーの源・主食 ごはん、パン、めん類、シリアルなど</p> <p>②筋肉や血の源・主菜 目玉焼き、焼き魚、ハムステーキなど</p> <p>③体の調子をととのえる・副菜 野菜サラダ、おひたし、果物など</p> <p>④汁物/飲み物 みそ汁、スープ、牛乳など</p>			
赤	ぶた肉・牛乳				
黄	米・じゃがいも・砂糖・ノンエッグマヨネーズ・ハヤシルウ				
緑	にんにく・しめじ・セロリ・玉ねぎ・にんじん・キャベツ・きゅうり・とうもろこし・いよかん				
エネルギー	675 kcal   838 kcal				

\* 献立は都合により、変更となる場合がありますので御了承ください。

<2月の地場産物> 米・とうふ・おから・厚揚げ・新発田麩・酒かす・だいこん・キャベツ