



2月学校給食献立予定表

今月の目標

よくたべて
かぜにまけないからだをつくろう

平成 29 年度

かわしまちがっこうきゅうしょく
川島町学校給食センター

日	曜	こんだてめい		おもなしょくひんめい		えいようりょう				
		しゅしょくの のみもの	おかず	からだをつくるもの	ねつやちからになるもの	からだのちょうしをととのえるもの	エネルギー kcal	たんぱく質 g		
1	木	ドライカレー 牛乳	ホワイトルウ シーフードナゲット (小①中②) コールスロー じゅげんせいおうえんケーキ	ぎゅうにゅう なまクリーム シーフードナゲット	ドライカレー ごむぎこ バター あぶら さとう いちごケーキ	にんじん たまねぎ しめじ コーン キャベツ	719	21.7		
2	金	ごはん 牛乳	けんちんじる いわしフライ (小1~3①小4~中②) ぶたにくとひじきのいためもの ぶくまめ	ぎゅうにゅう あぶらあげ とうふ いわしフライ ぶたにく ほしひじき ぶくまめ	ごはん あぶら さとう さといも	ごぼう にんじん こんにゃく ねぎ ごまつな たまねぎ	883	27.6		
5	月	むぎごはん 牛乳	みそじる ほっけのいちやほし きりほしだいこんとぶたにくのカレーさんびら さいのくになっとう	ぎゅうにゅう あぶらあげ みそ ぶたにく なっとう ほっけのいちやほし	むぎごはん あぶら さとう ごまあぶら	にんじん だいこん ほくさい こんにゃく きりほしだいこん ねぎ にんにく	678	32.1		
6	火	じこなうどん 牛乳	わふうつけじる みそポテト (小②中②) こんにゃくのごまあえ	ぎゅうにゅう ぶたにく あぶらあげ みそ こんぶ	じこなうどん あぶら じゃがいも ごむぎこ さとう ごま	だいこん ほししいたけ ねぎ ごまつな こんにゃく もやし にんじん	817	37.7		
7	水	ごはん 牛乳	マーボー豆腐 やきぎょうざ (小②中②) きゅうりのちゅうさサラダ・ちゅうかドレッシング	ぎゅうにゅう ぶたにく みそ とうふ ひじきぎょうざ	ごはん あぶら さとう でんぶん ドレッシング	しょうが にんにく にんじん たけのこ ねぎ じゃがいも にんじん コーン	689	26.7		
8	木	はちみつパン 牛乳	はくさいとにくだんごのスープ やきそば ミックスフルーツ ひとくちチーズ	ぎゅうにゅう にくだんご ぶたにく チーズ	はちみつパン ちゅうかめん レモンゼリー カクテルゼリー ナタデココ あぶら	にんじん はくさい チンゲンサイ ねぎ キャベツ パインかん りんごかん	830	31.9		
9	金	ごはん 牛乳	にくじゃが ごまつくね (小②中③) まめめサラダ・たまねぎドレッシング	ぎゅうにゅう ぶたにく ごまつくね みそ いんげんまめ	ごはん あぶら さとう じゃがいも ドレッシング	にんじん たまねぎ たけのこ ほししいたけ えだまめ しらたき キャベツ きゅうり	702	24.3		
13	火	ホットちゅうかめん 牛乳	わかめラーメン しゅうまい (小②中③) ごまつなともやしのいためもの	ぎゅうにゅう しゅうまい とりになくと わかめ	ホットちゅうかめん ごまあぶら ごま	にんじん もやし コーン ねぎ ごまつな	888	30.1		
14	水	メロンパン 牛乳 小見野小学校 リクエスト献立	はくさいのクリームスープ オムレットマトソース ごぼうサラダ	ぎゅうにゅう オムレツ なまクリーム チーズ たっしふんにゅう ベーコン みそ	メロンパン あぶら パター ごむぎ マカロニ さとう ごま さんおんとう ごまあぶら	たまねぎ にんじん ほくさい ごぼう きゅうり コーン トマトかん	647	22.0		
15	木	ごはん 牛乳	とんじる コロック・ソース ひじきのしっとりぶりかけ	ぎゅうにゅう ぶたにく とうふ みそ ちりめんじゅこ ほしひじき コロック かつおぶし	ごはん あぶら じゃがいも ごま さんおんとう	ごぼう にんじん こんにゃく ねぎ ごまつな	898	28.6		
16	金	さつまいもむしパン 牛乳	かわしまにこみうどん ちくわのいそべあげ (小①中②) ごまびたし・あおじそドレッシング	ぎゅうにゅう とりになくと こんぶ あぶらあげ ちくわ あおのり こんぶ	さつまいもむしパン あぶら れつちゅうどん さとう ごむぎこ ごま ドレッシング	にんじん だいこん ねぎ ごまつな もやし	629	22.0		
19	月	ごはん 牛乳	ごまみそじる てりやきハンバーグ くきわかめのいためもの	ぎゅうにゅう とうふ みそ ハンバーグ ぶたにく くきわかめ	ごはん じゃがいも ごま さとう でんぶん ごまあぶら あぶら	ごぼう にんじん ねぎ しめじ しょうが にんにく たまねぎ じゃがいも	678	27.9		
20	火	じこなうどん 牛乳	おろしうどんじる わかさぎフリッター (小②中③) こんにゃくサラダ ヨーグルト (中のみ)	ぎゅうにゅう ぶたにく あぶらあげ わかさぎフリッター ヨーグルト (中のみ)	じこなうどん あぶら さとう ごまあぶら	だいこん ほししいたけ ねぎ ごまつな こんにゃく もやし にんじん きゅうり	841	34.5		
21	水	ごはん (セレクトドリンクの コーヒーミルク りんごジュース)	ちゅうかスープ にくだんごのあますあん (小②中③) はるさめのピリカラいため	ぎゅうにゅう とりになくと うすらのたまご にくだんご ぶたにく	ごはん あぶら さとう でんぶん ごまあぶら	にんじん キャベツ もやし ごまつな にんにく しょうが ねぎ じゃがいも たまねぎ	797	32.1		
22	木	ツイストパン 牛乳 三保谷小学校 リクエスト献立	オニオンソース とりになくからあげ あおなとコーンのソテー	ぎゅうにゅう とりになくと	ツイストパン あぶら でんぶん バター	たまねぎ にんじん パセリ しょうが にんにく もやし コーン ごまつな オニオンソテー	621	23.9		
23	金	ちゅめし 牛乳 ハッ保小学校 リクエスト献立	にこみおでん キャラメルポテト きゅうりのごまあえ	ぎゅうにゅう ちくわ とびうおボール うすらのたまご こんぶ	ちゅめし じゃがいも さつまいも あぶら さんおんとう パター アーモンド ごま さとう	にんじん だいこん こんにゃく きゅうり	683	22.3		
26	月	ごはん 牛乳	ごもくに さわらさいきょうやき きりほしだいこんのシャキシャキそぼろ	ぎゅうにゅう とりになくと だいす さわらさいきょうづけ ぶたにく	ごはん じゃがいも さとう あぶら	ごぼう にんじん こんにゃく えだまめ たまねぎ きりほしだいこん ごまつな	846	27.1		
27	火	ホットちゅうかめん 牛乳 出丸小学校 リクエスト献立	みそラーメン ココアあげパン かいそうサラダ・パンパンソースドレッシング	ぎゅうにゅう ぶたにく みそ かいそうサラダミックス	ホットちゅうかめん あぶら くろざとう ごま コッペパン ココア さとう ドレッシング	にんにく しょうが にんじん コーン もやし じゃがいも ねぎ きゅうり キャベツ	666	24.0		
28	水	むぎごはん 牛乳	てづくりカレー とうふナゲット (小①中②) いよかん 中3セレクトデザート	ぎゅうにゅう ぶたにく チーズ ヨーグルト とうふナゲット	むぎごはん あぶら じゃがいも バター ごむぎこ くるざとう ココア カップデザート (中3)	にんにく しょうが たまねぎ にんじん トマトかん いよかん オニオンソテー いちご (中3)	717	21.1		
19回	※材料などの都合で献立が変更になる場合があります。ご了承下さい。 ※毎月19日は食育の日です。家庭でも「食」について話してみませんか？						※本学の食品は、川島町産の 食材を使っています。	今月の平均栄養摂取量	660	24.4
								832	30.2	
								640	24 (18~32)	
								820	30 (25~40)	

リクエスト給食をとりました。

平成30年度統合する4校から給食のリクエストを募りました。
献立名が太字になっているおかずはリクエストから取り入れたものです。
詳しくは給食だよりをご覧ください。

受験生を応援しています

『受験生ガンバレ』ということで、1日の献立のなかで受験生応援ケーキをつけました。
進学・進級に向けていっそう勉学に励んでいただけたらと思います。

食材の使用予定産地について

★食材の使用予定産地・給食の写真をホームページに掲載しています。
ホームページアドレス <http://www.town.kawajima.saitama.jp/>

