

2月 よていこんだてひょう(小学校)

こんげつのもくひょう 「はしのつかいかたについてしろう」

今月の千葉県産・白井市産の食材
ぎゅうにゅう・こめ・ぶたにく・
こまつな・ほうれんそう・にんじん・
だいこん・セロリ

白井市学校給食センター TEL 047-492-1081

実施日		こんだてめい	おもなざいりようとそのはたらき			栄養量			
日	曜		主に体をつくる もどになる食品 (あか)	主に体の調子を 整えるもどになる食品 (みどり)	主にエネルギーの もどになる食品 (き)	エネルギー kcal	たんぱく質 g	脂質 g	食塩相 当量 g
2月	○	むぎごはんわかめスープ ホイコーローどんのぐ はるさめサラダ スイートポテト	牛乳とりにくとうふ なるとわかめ ぶたにくハム	にんじんはくさいえのきキャベツ ながねぎたけのこピーマン にんにくもやしきゅうり	こめおむぎさとう でんぱんあぶら ごまあぶらはるさめ ごまスイートポテト	686	25.0	21.5	2.6
3火	○	せつぶんこんだて ごはんちゃんこじるいわしのうめに こんさいごまヨサラダ まっしゃだいす	牛乳とりにく あぶらあげいわし ベーコンだいす	はくさいにんじんえのきだいこん れんこんごぼうえだまめうめぼし	こめマヨネーズ さとうごまごまあぶら でんぱん	613	27.3	19.1	1.8
4水	○	ごはんひらめんスープ いかチリソースフライ だいこんのオイスターソースに ヨーグルト	牛乳とりにく いか ぶたにくさつまあげ ヨーグルト	にんじんはくさいながねぎ こまつなにんにくしょウが だいこんチングエンサイしたけ たまねぎ	こめこめこめん ごまあぶらあぶら さとうでんぱん パンこむぎこ	626	24.5	18.5	1.9
5木	○	コッペパン マカロニクリームスープ 白井市産人参とツナのサラダ(サンドよう) ジャーマンポテト みかんのゼリー	牛乳とりにく スキムミルクチーズ ツナウインナー	たまねぎにんじんほうれんそう しめじレモンきゅうりパセリ	パンマカロニあぶら こめこじやがいも しろいんげんまめ なまクリームマヨネーズ オリーブオイルジユレ	628	28.2	23.9	2.7
6金	○	ごはんなめこじるにくじゃがフライ 白井市産ほうれんそうのわふうサラダ ラムネゼリー	牛乳あぶらあげとうふ みそぎゅうにくのり	なめこだいこんながねぎ こまつなほうれんそうえのき たまねぎにんじん	こめあぶらさとう じやがいもパンこむぎこ でんぱんゼリー	663	19.4	21.3	2.4
9月	○	ごもくごはんさつまじる あかうおのてりやき ぶたにくとなまあげのにもの いちごゼリー	牛乳とりにくみそ あぶらあげあかうお さつまあげぶたにく きぬあげ	えのきだいこんながねぎこまつな にんじんさやいんげんしょウが ごぼうたけのここんにゃく	こめさつまいもさとう あぶらゼリー	662	29.6	19.4	2.3
10火	○	食パンチリコンカンコーングラタン ウインナーとキャベツのガリバタソテー	牛乳ぶたにく チーズ ウインナー	しようがたまねぎにんじんトマト えだまめキャベツブロッコリー にんにくコーン	パンあぶらじやがいも しろいんげんまめ ひよこまめさとう バター マカロニこむぎこ	636	27.1	28.2	2.4
☆ 給食費(2月分)の引き落とし日は2月10日です。通帳の残高と引き落とし金額をご確認ください。☆									
12木	○	ぬじゆけんせいおうえんこんだて (かみかみこんだて) むぎごはんはくさいとしらたまのスープ きんぴらぶたどんのぐおかさラダ いよかんゼリー	牛乳とりにくぶたにく かまぼこかつおぶし	にんじんえのきはくさいながねぎ たまねぎごぼうしらたきしょウが キャベツほうれんそうもやし	こめおむぎしらたま さとうあぶらゼリー	701	27.3	20.9	2.2
13金	○	♡バレンタインこんだて♡ ごはんコンソメスープ ハートハンバーグトマトソース にんじんサラダ	牛乳ぶたにくベーコン とりにく ツナ	にんじんたまねぎキャベツ セロリー パセリにんにく レモンコーンきゅうり	こめじやがいもあぶら さとうごまプリン	613	23.2	18.3	1.9
16月	○	ごはんごじる いろどりやさいのたまごやき やさいのごまあえ	牛乳ぶたにくだいす あぶらあげみそ たまご	こんにゃくだいこんにんじん たまねぎごぼうながねぎこまつな ほうれんそうキャベツもやし	こめごまさとうあぶら	612	23.1	23.3	1.8
17火	○	やきそばあじのアーモンドフライ ブロッコリーとじゃがいものちゅうかサラダ むしケーキ	ぶたにく牛乳 あじ	キャベツにんじんもやしたまねぎ ブロッコリー コーン	ちゅうかめんあぶら パンこむぎこさとう アーモンドじやがいも ごまあぶらむしケーキ	642	26.1	27.5	2.9
18水	○	むぎごはんポークカレー チキンナゲット(2c) だいこんとかいとうのわふうサラダ	牛乳ぶたにく とりにく かいそうかつおぶし	しようがにんにくたまねぎ にんじんキャベツきゅうり だいこん	こめおむぎあぶら じやがいもルウこめこ パンこむぎこさとう	683	25.7	22.1	2.2
19木	○	こくとうパンにくだんごスープ ポークチヤップあおなのソテー とうにゅうプリン	牛乳とりにく ぶたにく ウインナー	にんじんたまねぎキャベツしめじ ピーマンにんにくトマトコーン こまつな	パンさとうでんぱん オリーブオイル プリン	616	25.3	24.7	2.6
20金	○	ごはんけんちんじる さばのゆずみそに こまつなのがなつとうあえ	牛乳とりにくとうふ さばみそ なつとうかつおぶし	にんじんだいこんごぼうながねぎ えのきこまつなゆず	こめさとう	623	27.7	23.1	1.9
24火	○	ごはんじゃがいものポトフ フライドチキンイタリアンサラダ	牛乳ぶたにく ウインナーとりにく	にんじんはくさいたまねぎ セロリー パセリしょウがピーマン にんにくキャベツきゅうり	こめじゃがいもあぶら こむぎこでんぱん ドレッシング	632	29.8	20.1	1.9
25水	○	むぎごはんパイタンスープ ブルギギドんのぐ ヨーグルトあえ	牛乳とりにくになると ぎゅうにくヨーグルト	しいたけにんじんはくさいたまねぎ ながねぎしょウがにんにくにら チングエンサイパンみかんもも	こめおむぎあぶら はるさめさとうごま ごまあぶら	611	24.3	16.7	1.8
26木	○	コッペパンこめこのシチュー オムレツデミソース かぼちゃとさつまいものサラダ チーズ	牛乳とりにく スキムミルク たまご ハムチーズ	たまねぎにんじんしめじパセリ かぼちゃきゅうりコーン	パンじやがいもこめこ なまクリームバター ルウ あぶらさとうさつまいも マヨネーズでんぱん	617	25.1	26.3	2.6
27金	○	ごはん すきやきふうに むらさきいももち ブロッコリーとチキンのサラダ りんご	牛乳ぎゅうにく やきどうふ とりにくたまご	にんじんしいたけえのきしらたき はくさいながねぎブロッコリー コーンりんご	こめあぶらさとう ごまさつまいも こむぎこでんぱんもちこ	626	24.2	17.9	1.5

◎ 材料の都合により献立を変更することがあります。◎記載されている小学校の栄養価は中学年対象です。

<保護者の方へ>

・使用する食材について相談がある場合は、学校または給食センターまでご連絡ください。

・予定献立表とアレルゲン配合表(参考)、食材产地は市のHPでご覧いただけます。

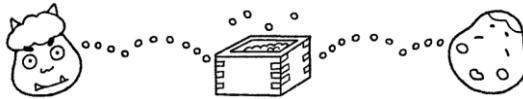
・揚げ油は複数回使用するので、以前使用した食材のアレルゲンを含む場合があります。

・学校生活や学校給食に関する取り組み方針を定めた

「白井市公立小中学校における食物アレルギー対応の基本方針」を策定しています。

詳しくは市のHPをご覧ください。

「写真で見る給食」も掲載していますので右側のQRコードからご覧ください。



特別メニュー・デザートについて

日頃より、学校給食の運営に御理解いただきありがとうございます。

12月の給食では、停電等により予定していた献立の給食提供が出来ず、御心配、御迷惑をおかけし、申し訳ございませんでした。つきましては、12月に提供できなかった食材分の費用補填といたしまして、今月の給食で特別メニュー、デザートにて代替えをさせていただきます。

今後とも、学校給食運営に御理解、御協力のほどよろしくお願ひいたします。