

令和6年2月 学校給食予定献立表(中学校)

牛乳は、毎日つきます 

月	火	水	木	金
<p>かんせん症にまけない体づくりをしよう!</p> <p>食事の前にはていねいに手を洗いましょう! 手の洗い方を学校の掲示されている表を見て、確認しておきましょう。</p> <p>野菜をたっぷり食べましょう! 野菜には、風邪やウイルスの菌を体に入れないための粘膜を強くする働きがあります。</p> <p>給食をしっかり食べましょう! 給食には、健康に過ごすための栄養がバランス良く入っています。特に牛乳は、毎日飲みましょう!</p> <p>体を温めるためにも 温かいものがおすすめ</p>			<p>1</p> <p>スパゲティナポリタン スパゲティ・豚肉・玉葱・人参 青ピーマン・しめじ・トマト缶・バター ハヤシルウ(バナナ・りんご)・粉チーズ</p> <p>きなこポト じゃが芋・きな粉・菜種油</p> <p>ツナのサラダ きゃべつ・人参・えだまめ ツナ・和風ドレッシング</p> <p>775/29/28/5.9</p>	<p>2</p> <p>ご飯 こんさい じぶ 根菜のごま汁 大根・白菜・人参・ごぼう 豆腐・すりごま</p> <p>味噌だれ肉団子 鶏肉・豚肉・玉葱・パン粉(卵なし)・生姜・ごま</p> <p>肉じゃが じゃが芋・豚肉・玉葱・人参 しらたき・グリーンピース</p> <p>764/29.4/18.9/3.4</p>
<p>5</p> <p>ご飯 く だいさん みそしる 具だくさん味噌汁 じゃが芋・大根・玉葱・人参・長葱 ごぼう・生姜・とうがらし</p> <p>ひりょうず揚げ 焼き豆腐・人参・卵・えだまめ 干椎茸・小麦粉・でん粉・菜種油</p> <p>切り干し大根の煮物 きりぼしだいこん にももの 切干大根・人参・油揚げ</p> <p>788/24.1/22.8/2.9</p>	<p>6</p> <p>コッパパン クラムチャウダー えび・いか・あさり・豚肉・じゃが芋・玉葱 白菜・人参・しめじ・コーン・牛乳 生クリーム・粉チーズ・バター</p> <p>ミラノ風チキン 鶏肉・卵・粉チーズ・小麦粉・パン粉(卵なし)</p> <p>イタリアンサラダ きゃべつ・えだまめ・胡瓜 人参・イタリアンドレッシング</p> <p>860/47.3/30.9/5.3</p>	<p>7</p> <p>ご飯 かんこくふう 韓国風スープ 鶏肉・豆腐・白菜・にら 人参・長葱・ごま油</p> <p>シヨロンポー 豚肉・玉葱・きゃべつ・筍・春雨・椎茸・生姜</p> <p>チャプチェ 豚肉・春雨・人参・長葱 干椎茸・ごま油・ごま</p> <p>753/26.1/21.2/3.7</p>	<p>8</p> <p>ごもく 五目あんかけうどん うどん・鶏肉・小松菜・玉葱 ごぼう・人参・干椎茸 油揚げ・ごま油・でん粉</p> <p>チーズポト春巻 玉葱・マッシュポト・チーズ チーズフード(卵)・菜種油</p> <p>りんご(代替～ゼリー)</p> <p>706/24.4/25.3/4.7</p>	<p>9</p> <p>わかめご飯 チンゲン菜のスープ 豚肉・チンゲン菜・玉葱 人参・干椎茸</p> <p>マカロツ まぐろ・玉葱・生姜 パン粉(卵なし)・菜種油</p> <p>えだまめサラダ えだまめ・きゃべつ・大根 人参・香味塩ドレッシング</p> <p>747/27.4/21.3/4.1</p>
<p>12</p> <p>朝ごはんをしっかり 食べてきましょうね!</p> <p></p> <p>振替休日</p>	<p>13</p> <p>ココアパン 野菜スープ 豚肉・じゃが芋・小松菜 人参・玉葱</p> <p>かぼちゃコロッケ 南瓜・玉葱・じゃが芋 パン粉(卵なし)・菜種油</p> <p>スパゲティサラダ スパゲティ・きゃべつ・玉葱 人参・和風ドレッシング</p> <p>670/24.9/21.7/4.4</p>	<p>14</p> <p>ご飯 たまじぶ かき玉汁 卵・白菜・にら 人参・玉葱・干椎茸</p> <p>鶏肉のハーベキューソース 鶏肉・長葱・アップルビューレ 生姜・にんにく</p> <p>きんぴらごぼう 豚肉・ごぼう・五目揚げ(たら・人参・ひじき) 人参・しらたき・ごま油・とうがらし</p> <p>709/37.2/15.1/3.1</p>	<p>15</p> <p>ぶたにく こまつな 豚肉と小松菜のクリームスパゲティ スパゲティ・豚肉・小松菜 玉葱・えのき茸・しめじ 人参・バター・牛乳</p> <p>チキンゲツ 鶏肉・菜種油</p> <p>シャキシャキサラダ ごぼう・大根・胡瓜・人参・コーン サウザンドドレッシング(卵黄入り)・ごま</p> <p>798/34.5/33.3/6</p>	<p>16</p> <p>ご飯 はくさい 白菜スープ 豚肉・春雨・白菜 人参・えのき茸</p> <p>白身魚フライ しろみさかな ほき・パン粉(卵なし)・菜種油</p> <p>梅かつお和え うめ もやし・きゃべつ・人参 かつお節・梅ドレッシング</p> <p>682/25.6/16.8/2.4</p>
<p>19</p> <p>ご飯 やさい みそしる 野菜の味噌汁 大根・きゃべつ 玉葱・長葱</p> <p>鯖のごまマヨ焼き さば・マヨネーズ・にんにく・すりごま</p> <p>ひじきと大豆の炒め煮 だいず いたに ひじき・豚肉・大豆・人参 油揚げ・つきこんにゃく</p> <p>818/33.7/28.8/3.4</p>	<p>20</p> <p>コッパパン ミネストローネ 豚肉・きゃべつ・玉葱・人参・いんげん スパゲティ・トマト缶・粉チーズ</p> <p>キーマカレー 豚挽肉・玉葱・人参・にんにく・生姜 りんご・トマト缶・はちみつ・小麦粉</p> <p>オリビエサラダ じゃが芋・人参・胡瓜・ハム マヨネーズ・タルタルソース</p> <p>761/29.6/29.9/4.1</p>	<p>21</p> <p>ご飯 はるさめい まいぼーどうふ 春雨入り麻婆豆腐 豆腐・豚挽肉・春雨・玉葱・小松菜 人参・長葱・干椎茸・生姜 にんにく・ごま油・でん粉</p> <p>おかかサラダ 白菜・大根・コーン・人参 かつお節・ごま油・ごま</p> <p>伊予柑(代替～ゼリー) いよかん だいたい</p> <p>788/32/21.4/3</p>	<p>22</p> <p>たんたんめん 担々麺 ラーメン・豚挽肉・小松菜・もやし 長葱・人参・大豆・生姜・にんにく・ごま 練りごま・味噌ラーメンスープ(卵)</p> <p>だいこん 大根サラダ 大根・胡瓜・ツナ ごま油・ごま</p> <p>しらたま 白玉ぜんざい 白玉餅・つぶあん</p> <p>792/31.8/21.3/5.5</p>	<p>23</p> <p>天皇誕生日</p> <p></p>
<p>26</p> <p>玄米ご飯 スープカレー 豚肉・玉葱・じゃが芋・人参・青ピーマン しめじ・茄子・大豆・ツテオニオン・バター にんにく・生姜・りんご・トマト缶・カレールウ チャツネ(メロン・りんご・レモン)</p> <p>ホタテフライ ホタテ・パン粉(卵なし)・菜種油</p> <p>かぼちゃサラダ 南瓜・胡瓜・マヨネーズ</p> <p>いちごムース 乳・乳製品・いちご果汁</p> <p>986/33.3/33.3/2.3</p>	<p>27</p> <p>メロンパン コーンポタージュ コーン・コーンペースト・牛乳 生クリーム・パセリ</p> <p>きのこソースハンバーグ 豚肉・鶏肉・生姜 玉葱・しめじ</p> <p>きゃべつとチーズのサラダ きゃべつ・小松菜・大根・人参 チーズ・和風ドレッシング</p> <p>826/29.7/31.3/3.2</p>	<p>28</p> <p>ご飯 だいこん はくさい みそしる 大根と白菜の味噌汁 大根・白菜・玉葱・長葱</p> <p>すき焼きコロッケ 玉葱・じゃが芋・セウチン パン粉(卵なし)・菜種油</p> <p>野菜の麻婆炒め 豚挽肉・きゃべつ・もやし・人参・生姜 にんにく・ごま油・ラー油・でん粉</p> <p>748/24.9/20.5/3.5</p>	<p>29</p> <p>みそ 味噌うどん うどん・豚肉・白菜 小松菜・人参・干椎茸 つと・油揚げ・でん粉</p> <p>ギョーザ 豚肉・鶏肉・きゃべつ・にら・生姜</p> <p>ハンパングーザラダ もやし・胡瓜・鶏ほぐし・中華ドレッシング 焙煎胡麻ドレッシング(卵黄入り)</p> <p>681/71.3/25.3/5.6</p>	<p>今月の当別産食材</p> <p>  </p> <p>ごはん もやし じゃがいも (ななつぼし) (大塚農場さん)</p> <p> </p> <p>ぶたにく 大豆 (浅野農場さん) (つじの蔵)</p>

★献立の下の数字は中学生のエネルギー/たんぱく質/脂質/塩分の量です

★都合により献立の一部が変更する場合があります

★魚には骨がある場合があります おはしで確認して食べましょう

★今月の給食費口座振替日は、**2月29日(木)**です!

◆お知らせ◆

○卵・ナッツ類が含まれているものに関しては、材料の欄に記載しています
○この献立表には、加工品と調味料の一部に含まれるアレルギー物質について表示されていません。詳しくは給食センターまでお問い合わせください

忘れていませんか?

皆さんからの給食費でお子さんが食べている給食を作っています。

未納があると献立に影響が出てしまいます。前日までに引落口座の残高確認をお願いします!

引落しが出来なかった場合、納付書を送付しますので必ず納めてください。未納が続く場合は、電話連絡または自宅訪問します。