

令和4年度		2月分 小学校給食予定献立表(箕田小学校)				鴻巣市教育委員会		日曜	食品のしゅるい				エネルギー				
日曜	こんだてめい	食品のしゅるい				エネルギー	たんぱく質	こんだてめい	食品のしゅるい				たんぱく質				
		エネルギーのもとになる(きいろ)	からだをつくるもとになる(あか)	からだのちようしをとのえるもとになる(みどり)	調味料				エネルギーのもとになる(きいろ)	からだをつくるもとになる(あか)	からだのちようしをとのえるもとになる(みどり)	調味料					
1 水	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう			596	⑮ 水	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう		592					
	きなこあげパン	コッペパン さとう あぶら	きなこ		塩			わかめなめし	こめ おおむぎ ごま	わかめふりかけ	こまつな		酒				
	とりにくのトマトに	あぶら じゃがいも さとう	とりにく	にんじん たまねぎ マッシュルーム セロリ にんにく トマト パセリ	ケチャップ スープストック 塩 こしょう 赤ワイン			ハタハタのからあげ(低1こ・高2こ)	あぶら	ハタハタのからあげ							
	イタリアンサラダ	あぶら さとう		キャベツ きゅうり あかパプリカ コーン たまねぎ	酢 塩 こしょう			ふたじる	じゃがいも あぶら	ふたにく とうふ みそ	にんじん だいこん ごぼう ねぎ にんにく		かつおさばだし				
② 木	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう			646	⑯ 木	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう		603					
	てまきずし すめし・てまきのり	こめ さとう	のり		塩 酢			コッペパンライス	コッペパンライス								
	スティックたまご焼き(2こ)	さとう ごま あぶら	ふたにく	たまご やき	しょうゆ 酒			やきそば	ちゅうかめん あぶら	ふたにく あおのり	たまねぎ にんじん もやし キャベツ		ウスターソース 粉末ソース 塩				
	きざみたくあん		たくあん					いかなゲット(低1こ・高2こ)	でんぶん ごま	いかなゲット	とりにく たまご ほたて		にんじん たまねぎ ほししいたけ いら	中華だし 塩 酒			
だいにのみそしる		あぶらあげ みそ	だいにん にんじん こまつな	かつおさばだし	いらたまスープ						18%						
スイートポテト&フィッシュぶくまめ		スイートポテト&フィッシュぶくまめ															
3 金	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう			682	⑰ 金	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう		595					
	ターメリックライス	こめ おおむぎ バター			ターメリック 塩			ごはん	こめ	とりにく	しょうが		しょうゆ 酒				
	ドライカレー	あぶら こむぎこ じゃがいも	ふたにく ぎゅうにゅう レバーそぼろ だいず	たまねぎ にんじん ピーマン しょうが にんにく	赤ワイン トマトピューレ ウスターソース カレー粉 スープストック 塩 こしょう			おひたし			ほうれんそう もやし えのきたけ						
ブルーチーズ	ぶどうゼリー		パイナップル みかん おうとう にんにくダイスレモン なし		みそしる	とうふ わかめ みそ	だいにん ねぎ		かつおさばだし		18%						
ブルーチーズ		チーズ			とうにゅうプリンタルト	とうにゅうプリンタルト											
6 月	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう			589	⑳ 月	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう		640					
	ツイストパン	ツイストパン						チャーハン	こめ さとう ごまあぶら	チャーシュー えび	にんじん たけのこ ねぎ ほししいたけ えだまめ		中華だし しょうゆ 酒 塩				
	ホキのアーモンド焼き	パンこ アーモンド ごま	ホキ チーズ	パセリ				いわしのカリカリフライ(低1こ・高2こ)	あぶら	いわしのカリカリフライ							
	コーンポテト	あぶら じゃがいも	コーン	コーン	塩 こしょう			ワンタンスープ	ワンタンのかわ ごまあぶら	ふたにく	にんじん キャベツ もやし ねぎ しょうが		中華だし 塩 しょうゆ				
ファイバースープ	おおむぎ	とりにく	たまねぎ にんじん キャベツ ピーマン	スープストック 塩 こしょう	きよみオレンジ			きよみオレンジ			17%						
⑦ 火	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう			605	21 火	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう		693					
	ごはん(ここのどりでんせつまい)	こめ	ぶりのてりやき					クロックムッシュ	しょうゆ こむぎこ バター	ぎゅうにゅう ハム チーズ	たまねぎ		塩 こしょう				
	ぶりのてりやき	あぶら さとう	おから	にんじん ねぎ ほししいたけ ほうれんそう	しょうゆ 酒			ポトフ	じゃがいも	ふたにく うずらたまご	にんじん たまねぎ キャベツ パセリ		コンソメ 塩 こしょう 白ワイン				
	うのはないため	あぶら さとう	あずき みそ	だいにん ごぼう にんじん ねぎ にんにく	かつおさばだし			いちごゼリー	いちごゼリー					18%			
おことじる	さといも																
8 水	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう			589	㉒ 水	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう		631					
	コーンピラフ	こめ バター あぶら	とりにく	にんじん たまねぎ コーン さやいんげん マッシュルーム	塩 こしょう スープストック 白ワイン			ごはん	こめ	あかうおのしょうゆやき	あかうおしょうゆづけ						
	ごま豆腐	あぶら	ごま豆腐		中濃ソース			ごもくにまめ	さとう あぶら	とりにく さつまあげ だいず	にんじん たけのこ えだまめ にんにく		しょうゆ みりん				
	オニオンスープ	あぶら	ベーコン	たまねぎ えのきたけ パセリ いためたまねぎ	コンソメ 塩 こしょう			にくだんごじる	じゃがいも	にくだんご とうふ みそ	ごぼう にんじん たまねぎ		かつおさばだし				
ほんかん		ほんかん									20%						
9 木	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう			627	㉔ 金	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう		684					
	くろパン	くろパン						キムたまどん	さとう ごまあぶら でんぶん	ふたにく たまご	しょうが にんにく たまねぎ にんじん はくさいキムチ たら ねぎ		しょうゆ 酒				
	チリコンカン	あぶら	だいず ふたにく ぎゅうにゅう だいずミート	たまねぎ にんじん にんにく	赤ワイン トマトソース 塩 ケチャップ ウスターソース こしょう オレガノ チリパウダー			はるさめスープ	はるさめ ごま	とりにく とうふ ほたて	にんじん ねぎ えのきたけ チンゲンサイ		中華だし 塩 酒				
ブロッコリーサラダ	あぶら さとう		ブロッコリー コーン キャベツ サラダこんにやく	酢 塩 こしょう	ハニーピーナッツ	ハニーピーナッツ					18%						
⑩ 金	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう			642	㉖ 月	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう		681					
	しょうゆラーメン	ホトチゅうかめん あぶら	ふたにく なると かまぼこ	にんじん もやし ねぎ たけのこ にんにく	パイナップル しょうゆ こしょう			ごはん	こめ	ごもくあつやきたまご	ごもくあつやきたまご						
	てづくりしゅうまい	しゅうまいのかわ でんぶん さとう ごまあぶら	ふたにく ほしえび	しょうが たまねぎ	しょうゆ 塩			ごもくあつやきたまご	あぶら さとう	ぎゅうにゅう とうふ	ねぎ にんじん はくさい たまねぎ しらたき		しょうゆ 酒				
	こまつなときのこのナムル	あぶら さとう ごま	こまつな しめじ れんこん にんじん		しょうゆ 酢 唐辛子			すきやきふうに						18%			
13 月	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう			715	㉘ 火	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう		622					
	ハヤシライス	こめ じゃがいも あぶら さとう ハヤシルク	ぎゅうにゅう スキムミルク	にんにく しょうが たまねぎ にんじん	トマトピューレ ケチャップ コンソメ 赤ワイン 中濃ソース 塩 こしょう			カレーうどん	カレーうどん	ふたにく あぶらあげ	たまねぎ にんじん ねぎ		塩 しょうゆ カレー粉 かつおだし				
	わかめサラダ		わかめ	きゅうり コーン				ささかまぼこ	ささかまぼこ								
	てづくりチョコケーキ	こむぎこ グラニューとう ふんとう バター チョコレート チョコチップ	たまご ぎゅうにゅう					はなやさいのごましょうゆあえ	ごまあぶら ごま	ささかまぼこ	ブロッコリー カリフラワー		しょうゆ	17%			
14 火	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう			611	○印は、はしを持ってく日です 忘れずに持ってきてましよう					給食回数	19回	学校給食摂取基準	エネルギー 650 kcal	2月平均摂取量	640 kcal
	やまがたしゅうパン	やまがたしゅうパン										たんぱく質	27.3g(17.1%)				
	ブルーベリージャム&マーガリン	ブルーベリージャム&マーガリン															
	とりにくのこみやき	オリーブオイル パンこ	とりにく チーズ	にんにく パセリ	塩 しょうゆ												
ポイルブロッコリー			ブロッコリー	塩													
ミネストローネ	じゃがいも バター	ベーコン レンズまめ	にんじん たまねぎ セロリ にんにく トマト コーン	コンソメ 塩 こしょう													

* 材料入荷の都合により変更になることがあります。アレルギー食品については表示していませんが、加工食品等で使用されている場合がありますのでご注意ください。

【肉・青果等の産地(令和4年度1月分)】使用した主な食材の産地をお知らせします。なお、市内小学校で共同購入する食材は市ホームページをご覧ください。
 豚肉:埼玉 鶏肉:青森 にんじん:鴻巣 たまねぎ:北海道 じゃがいも:北海道 ねぎ:鴻巣 キャベツ:愛知 だいこん:神奈川 こまつな:茨城 いら:群馬 はくさい:茨城 さといも:埼玉

2月3日は節分です(給食では2月2日に節分献立を実施します)

節分には豆まきをします。豆には霊力があると信じられていて、豆をまくことで鬼に見立てた病気や災いを追い払い、福を呼び込みます。豆を年の数だけ、または年齢に一つ足した数を食べることで生命力を得て、1年間を元気に過ごすことができるとされています。

