

| 日 | 曜 | 献立名 | 材料 | 日 | 曜 | 献立名 | 材料 | 日 | 曜 | 献立名 | 材料 | 日 | 曜 | 献立名 | 材料 | | | | | | | | | | | | | | | |
|---|---------|---------|--|---|---|---------|---|---|---|-----------|--|--|---|---------|--|-------|-------|----------|---|----|-----|---------|-------|-------|-------|-----|---------|-------|-------|-------|
| <p>♪牛乳(お茶)は、毎日つきます。 ♪はしは、毎日持参しましょう。 ♪食材の都合により献立の内容が一部変わることもあります。 ♪マークの日はスプーンがつきます。 ♪ごはんにおこげが入っている場合があります。 ♪魚には、骨が入っている場合があります。 気をつけて食べてください。 アレルギーに関しては必要な方に原材料配合表をお渡ししています。 そちらをご確認ください。</p> | | | | <p>今月の地場産物</p> <p>玉ねぎ ヤーコン じゃがいも 大豆 手造りみそ 米粉</p> | | | | 1 | 水 | ごはん | 精白米(岩見沢産ななつぼし) | 2 | 木 | ごはん | 精白米(岩見沢産ななつぼし) | 3 | 金 | ごはん | 精白米(岩見沢産ななつぼし) | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | ハヤシライス | 豚もも肉、赤ワイン、ローリエ、オールスパイス、玉ねぎ、人参、にんにく、しょうが、米油、トマトケチャップ、コンソメ、ハヤシフレーク、トマトピューレ、デミグラスソース、しょうゆ、ブルーベリー、こしょう | | | 春雨スープ | 春雨、わかめ、玉ねぎ、人参、豚もも肉、長ねぎ、しょうゆ、塩、中華だし、素、しょうゆラーメンスープ、こしょう、ごま油 | | | ピリ辛みそ汁 | 鶏もも肉、大根、人参、玉ねぎ、ごぼう、白菜、長ねぎ、トウバンジャン酒、にんにく、みそ、だし昆布、かつおだし | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | エネルギー | | コールスロー | キャベツ、ホールコーン、ポークハム、オリーブ油、りんご酢、三温糖、塩、こしょう、エッグゲアマヨネーズ | エネルギー | | チキンカツ | チキンカツ、キャノーラ油 | エネルギー | | いわしのみぞれ煮 | いわしのみぞれ煮 | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | 814 | | 型抜きチーズ | 型抜きチーズ | 711 | | のり塩ポテト | じゃがいも、米油、青のり、塩 | 717 | | 塩昆布炒め | 塩昆布、もやし、ポークハム、しょうゆ、三温糖、酒、みりん、米油 | | | | | | | | | | | |
| 6 | 月 | ごはん | 精白米(岩見沢産ななつぼし) | 7 | 火 | ごはん | 精白米(岩見沢産ななつぼし) | 8 | 水 | 黒糖パン | 小麦粉(岩見沢産キタノカオリ) | 9 | 木 | ラーメン | 小麦粉(岩見沢産キタノカオリ) | 10 | 金 | ごはん | 精白米(岩見沢産ななつぼし) | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | ホワイト | 鶏むね肉、ローリエ、玉ねぎ、人参、枝豆、牛乳、生クリーム、白ワイン、スキムミルク、塩、有塩バター、コンソメ、シチューの素、こしょう、米油 | | | 塩ラーメン | 豚もも肉、塩メンマ、玉ねぎ、人参、長ねぎ、ホールコーン、もやし、しょうが、にんにく、塩ラーメンスープ、塩、こしょう、米油 | | | 白菜のみそ汁 | 白菜、玉ねぎ、油揚げ、長ねぎ、みそ、酒、だし昆布、かつおだし | | | | | | | | | | | |
| エネルギー | | チキンロイヤル | チキンロイヤル | エネルギー | | 豚汁 | 豚もも肉、玉ねぎ、豆腐、突きこんにゃく、しょうが、長ねぎ、ごぼう、人参、みそ、酒、だし昆布、かつおだし | 897 | | あらびきウインナー | あらびきポークウインナー | エネルギー | | おさつバター | さつまいも、三温糖、有塩バター、塩 | エネルギー | | とり天 | 鶏もも肉、酒、塩、天ぷらミックス、キャノーラ油、しょうゆ、酒、三温糖、みりん、かつおだし | | | | | | | | | | | |
| 642 | | ピーマンの | もやし、青ピーマン、人参、米油、スープストック、塩、こしょう、でん粉 | 808 | | 鮭フライ | 鮭切り身、塩、こしょう、牛乳、ガーリックパウダー、パン粉、キタノカオリ、キャノーラ油 | 897 | | ツナサラダ | まぐろ水煮、キャベツ、きゅうり、塩、こしょう、エッグゲアマヨネーズ | 773 | | いよかんゼリー | いよかんゼリー | 845 | | 根菜サラダ | ポークハム、大根、人参、ごぼう、しょうゆ、焙煎胡麻ドレッシング | | | | | | | | | | | |
| 13 | 月 | ごはん | 精白米(岩見沢産ななつぼし) | 14 | 火 | ごはん | 精白米(岩見沢産ななつぼし) | 15 | 水 | コッペパン | 小麦粉(岩見沢産キタノカオリ) | 16 | 木 | うどん | 小麦粉(岩見沢産たほなみ) | 17 | 金 | ごはん | 精白米(岩見沢産ななつぼし) | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | いちごジャム | パックいちごジャム | | | カレー南蛮 | 豚もも肉、玉ねぎ、人参、長ねぎ、干しいたけ、カレーパウダー、しょうゆ、三温糖、酒、みりん、でん粉、だし昆布、かつおだし | | | すいとん汁 | すいとん、鶏もも肉、玉ねぎ、白菜、長ねぎ、しょうゆ、酒、塩、だし昆布、かつおだし | | | | | | | | | | | |
| エネルギー | | けんちん汁 | 豆腐、突きこんにゃく、玉ねぎ、長ねぎ、ごぼう、しょうゆ、酒、みりん、だし昆布、かつおだし、塩 | 799 | | 揚げだしたまご | 厚焼き卵、でん粉、キタノカオリ、キャノーラ油、しょうゆ、酒、三温糖、みりん、かつおだし、塩 | 888 | | ハートのハンバーグ | ハートのハンバーグ | 783 | | コーンソテー | ホールコーン、枝豆、しょうゆ、塩、こしょう | 709 | | 白身魚フライ | 白身魚フライ、キャノーラ油 | | | | | | | | | | | |
| 725 | | さばのみそ焼き | さば切り身、みりん、塩、みそ麴 | 808 | | 大豆の煮物 | しらたき、人参、豚もも肉、大豆、ひじき、米油、みりん、三温糖、酒、しょうゆ、かつおだし、塩 | 888 | | マカロニサラダ | マカロニ、きゅうり、ポークハム、塩、こしょう、エッグゲアマヨネーズ | 783 | | チョコチップ | 米粉、きたほなみ、豆乳、塩、ベーキングパウダー、チョコチップ、三温糖 | 709 | | もやしの | ほうれん草、もやし、人参、三温糖、しょうゆ、白すりごま、白炒りごま | | | | | | | | | | | |
| 20 | 月 | ごはん | 精白米(岩見沢産ななつぼし) | 21 | 火 | ごはん | 精白米(岩見沢産ななつぼし) | 22 | 水 | バーガーパン | 小麦粉(岩見沢産キタノカオリ) | <p>食育もくひょう バランスよく食べよう 給食もくひょう 給食のマナーを考えて 食べよう</p> | | | | 24 | 金 | ごはん | 精白米(岩見沢産ななつぼし) | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | かぼちゃと | 鶏むね肉、ローリエ、玉ねぎ、かぼちゃ、しめじ、牛乳、生クリーム、スキムミルク、有塩バター、コンソメ、こしょう、白ワイン、シチューの素、塩 | | | | | | | 野菜のごま汁 | 豆腐、玉ねぎ、人参、長ねぎ、手造りみそ、白すりごま、酒、だし昆布、かつおだし | | | | | | | | | | | |
| エネルギー | | コケビヨ井 | 鶏もも肉、玉ねぎ、干しいたけ、たけのこ、鶏卵、長ねぎ、三温糖、みりん、しょうゆ、酒、塩、でん粉、だし昆布、かつおだし | 724 | | あじフライ | あじフライ、キャノーラ油 | 848 | | バーガー | バーガーパティ、にんにく、しょうが、酒、みりん、しょうゆ、でん粉、三温糖、塩 | | | | | 692 | | 豚肉の | 豚ロース肉、塩麴 | | | | | | | | | | | |
| 715 | | つぼ漬け | つぼ漬け | 724 | | 春雨サラダ | 春雨、きゅうり、ポークハム、大根、香味和風ドレッシング | 848 | | キャベツの | キャベツ、青ピーマン、塩、こしょう、スープストック、米油 | 692 | | ヤーコンの | ヤーコン、ごぼう、さつまいも、人参、突きこんにゃく、米油、みりん、酒、三温糖、塩、しょうゆ、かつおだし | | | | | | | | | | | | | | | |
| 27 | 月 | コッペパン | 小麦粉(岩見沢産キタノカオリ) | 28 | 火 | ごはん | 精白米(岩見沢産ななつぼし) | <p>令和4年度 2月 中学校(Bコース)</p> | | | | <p>食育もくひょう 【2月の平均栄養価】</p> <table border="1"> <thead> <tr> <th></th><th>エネルギー</th><th>たんぱく質</th><th>脂質</th><th>塩分</th></tr> </thead> <tbody> <tr> <td>小学校</td><td>660kcal</td><td>25.7g</td><td>21.7g</td><td>2.88g</td></tr> <tr> <td>中学校</td><td>776kcal</td><td>29.2g</td><td>24.1g</td><td>3.38g</td></tr> </tbody> </table> | | | | | エネルギー | たんぱく質 | 脂質 | 塩分 | 小学校 | 660kcal | 25.7g | 21.7g | 2.88g | 中学校 | 776kcal | 29.2g | 24.1g | 3.38g |
| | エネルギー | たんぱく質 | 脂質 | 塩分 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 小学校 | 660kcal | 25.7g | 21.7g | 2.88g | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 中学校 | 776kcal | 29.2g | 24.1g | 3.38g | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | ポトフ | 玉ねぎ、ウインナー、人参、セロリ、大根、マカロニ、スープストック、こしょう、塩 | | | 豚肉の | 豚ロース肉、塩麴 | | | | | | | | | | | | | | | |
| エネルギー | | コンソメ | 鶏もも肉、エッグゲアマヨネーズ、酒、コンソメ、塩、ガーリックパウダー、でん粉、キタノカオリ、キャノーラ油 | 824 | | 福神漬 | 福神漬 | 824 | | イタリアン | じゃがいも、ベーコン、枝豆、米油、ハーブシーズニング、塩、こしょう | 824 | | ヤーコンの | ヤーコン、ごぼう、さつまいも、人参、突きこんにゃく、米油、みりん、酒、三温糖、塩、しょうゆ、かつおだし | | | | | | | | | | | | | | | |
| 844 | | 香味塩 | キャベツ、ホールコーン、まぐろ水煮、香味塩ドレッシング | 824 | | イタリアン | じゃがいも、ベーコン、枝豆、米油、ハーブシーズニング、塩、こしょう | 824 | | イタリアン | じゃがいも、ベーコン、枝豆、米油、ハーブシーズニング、塩、こしょう | 824 | | ヤーコンの | ヤーコン、ごぼう、さつまいも、人参、突きこんにゃく、米油、みりん、酒、三温糖、塩、しょうゆ、かつおだし | | | | | | | | | | | | | | | |