

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															
令和5年度 2月 小学校 (Aコース) 【 2月の平均栄養価 】 <table><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><tr><td>小学校</td><td>669kcal</td><td>26.1g</td><td>21.6g</td><td>2.85g</td></tr><tr><td>中学校</td><td>788kcal</td><td>29.8g</td><td>24.2g</td><td>3.36g</td></tr></table>																	エネルギー	たんぱく質	脂質	塩分	小学校	669kcal	26.1g	21.6g	2.85g	中学校	788kcal	29.8g	24.2g	3.36g
	エネルギー	たんぱく質	脂質	塩分																										
小学校	669kcal	26.1g	21.6g	2.85g																										
中学校	788kcal	29.8g	24.2g	3.36g																										
5月		ごはん	精白米 (岩見沢産ななつぼし)	6火		ごはん	精白米 (岩見沢産ななつぼし)	7水		コッペパン	小麦粉 (岩見沢産キタノカオリ)	8木		ごはん	精白米 (岩見沢産ななつぼし)															
		豆腐のみそ汁	豆腐、えのきだけ 大根、長ねぎ、みそ、酒 だし昆布、かつおだし			塩ワントン スープ	キタノカオリワントン 玉ねぎ、人参、長ねぎ 酒、塩ラーメンスープ 塩、こしょう、ごま油			マカロニ スープ	玉ねぎ、ベーコン、セロリ マカロニ、キャベツ スープストック、塩、こしょう			玉ねぎのみそ汁	玉ねぎ、油揚げ、長ねぎ みそ、酒 だし昆布、かつおだし															
		あじフライ	あじフライ キャノーラ油			ヤンニョム ポーク	豚ロース肉、酒、でん粉 キャノーラ油、トマトケチャップ テンメンジャン、三温糖、みりん コチュジャン、しょうゆ しょうが、にんにく			スラッピー ジョー	豚ひき肉、大豆、酒 玉ねぎ、人参 トマトピューレ、コンソメ トマトケチャップ、三温糖 中濃ソース、塩、こしょう でん粉			鶏肉の しょうゆこうじ 焼き	鶏もも肉 しょうゆこうじ															
エネルギー 594 kcal		荳わかめの 炒めもの	荳わかめ、鶏もも肉 人参、しょうが、ごま油 しょうゆ、三温糖 酒、みりん	エネルギー 685 kcal		中華サラダ	ポークハム、きゅうり、もやし 香味中華ドレッシング	エネルギー 579 kcal		ももゼリー	ももゼリー	エネルギー 637 kcal		きんぴら ごぼう	ごぼう、人参、豚もも肉 しらたき、米油 みりん、酒、三温糖 しょうゆ、かつおだし															
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																														
19月		ごはん	精白米 (岩見沢産ななつぼし)	20火		ごはん	精白米 (岩見沢産ななつぼし)	21水		バーガーパン	小麦粉 (岩見沢産キタノカオリ)	22木		ごはん	精白米 (岩見沢産ななつぼし)															
		もやしの みそ汁	もやし、たまごだけ 長ねぎ、みそ、酒 だし昆布、かつおだし			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 トマトケチャップ、コンソメ トマトピューレ、しょうゆ デミグラスソース、こしょう ブルーンピューレ、米油 ハヤシフレーク			ポトフ	ウインナー、玉ねぎ、白菜 人参、セロリ、米油 野菜ブイヨン、塩、こしょう			おでん	大根、鶏もも肉、人参 ねじりこんにゃく がんもどき、うずら卵 焼きちくわ、しょうゆ みりん、三温糖 だし昆布、かつおだし															
		ほっけの 竜田揚げ	ほっけ切り身、塩 しょうが、にんにく、酒 みりん、しょうゆ、でん粉 キタノカオリ、キャノーラ油			イタリアン サラダ	キャベツ、きゅうり ホールコーン イタリアンドレッシング			バーガー パティ	バーガーパティ にんにく、しょうが 三温糖、みりん 酒、しょうゆ、塩、でん粉			小松菜の なめたけあえ	小松菜、もやし なめたけ、しょうゆ															
エネルギー 619 kcal		厚揚げと ひじきの 炒め煮	豚もも肉、絹厚揚げ 玉ねぎ、人参、ひじき 米油、しょうゆ、三温糖 酒、みりん、かつおだし	エネルギー 644 kcal		小魚	パック小魚	エネルギー 741 kcal		フライド ポテト	フライドポテト、塩 キャノーラ油	エネルギー 628 kcal		ヨーグルト	ソフィール (プレーン)															
26月		ごはん	精白米 (岩見沢産ななつぼし)	27火		黒糖パン	小麦粉 (岩見沢産キタノカオリ)	28水		ごはん	精白米 (岩見沢産ななつぼし)	29木		ごはん	精白米 (岩見沢産ななつぼし)															
		白菜のみそ汁	白菜、玉ねぎ、長ねぎ みそ、酒 だし昆布、かつおだし			かぼちゃと きのこの シチュー	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 シチューの素、コンソメ 白ワイン、塩、こしょう			すいとん汁	すいとん、油揚げ 玉ねぎ、人参、長ねぎ しょうゆ、塩、酒 だし昆布、かつおだし			ポーク カレー	豚もも肉、玉ねぎ、人参 じゃがいも、ローリエ オールスパイス、にんにく しょうが、トマトケチャップ ウスターソース、赤ワイン カレーパウダー、チャツネ、米油															
		鶏の 照り焼き	鶏もも肉、塩、酒 三温糖、しょうゆ、みりん しょうが、でん粉			野菜コロッケ	野菜コロッケ キャノーラ油			たら のみそこうじ焼き	たら切り身、みりん 塩、みそこうじ			福神漬	福神漬															
エネルギー 626 kcal		切干大根の 炒め煮	切干大根、人参、豚もも肉 米油、みりん、三温糖 酒、しょうゆ、かつおだし	エネルギー 775 kcal		コールスロー サラダ	キャベツ、ホールコーン ポークハム、オリーブ油 三温糖、りんご酢、こしょう エッグケアマヨネーズ、塩	エネルギー 588 kcal		塩昆布炒め	塩昆布、もやし えのきだけ、しょうゆ 三温糖、酒、みりん、米油	エネルギー 669 kcal		フルーツゼリー あえ	パインシラップ漬け はちみつレモンゼリー															
今日の地場産物 ヤーコン・大豆 玉ねぎ・手造りみそ ♪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。																														