曜 日|曜 材料 日曜 日曜 В 献立名 材料 献立名 材料 日」曜 献立名 献立名 材料 献立名 材料 のただてひょ 令和元年度 今月のもくひょう バランスよく 【 2月の平均栄養価 】 エネルギー たんぱく質 脂質 塩分 小学校 648kcal 24.6g 20.8g 2.9g 0000 小学校 (Bコース) 🥋 中学校 28.1g 22.8g 3.4g 758kcal コッペパン 小麦(岩見沢産キタノカオリ) ごはん 精白米(岩見沢産ななつぼし ソフトパスタ 小麦(岩見沢産きたほなみ) ごはん 精白米(岩見沢産ななつぼし) わかめごはん (岩見沢産ななつぼし) 白菜、油揚げ、長ねぎ なめこ、チンゲンサイ 豚ひき肉、鶏ひき肉 白荽の わかめごはんの素 3 月 4 火 豚もも肉、玉ねぎ 5 水 6 木 7 金 手造りみそ なめこの でま油、玉ねぎ 、参、玉ねぎ、にんにく みそ汁 すいとん、玉ねぎ 人参、シチューの素 だし昆布、かつおだし スープ 長ねぎ、塩、こしょう まめプラス、中濃ソース たりたり ごぼう、長ねぎ ブラウン デミグラスソース ミートソース すいとん汁 しょうゆ、スープストック ミートソース、ミートップ ഗ ര 真だらの 真だらの和風フライ エスパニョールソース しょうゆ、塩 (具) シチュー スープストック、塩 だし昆布、かつおだし 中濃ソース、塩、こしょう 献寸 和風フライ キャノーラ油 マトケチャップ、米油 春巻 節分献立 スープストック、米油 キャノーラ油 マトピューレ、こしょう いわしの 入賞作品 きじ肉、鶏むね肉 ハわしのみぞれ煮 みぞれ煮 圡ねぎ、じゃがいも えびカツ オムレツ えびカツ オムレツ エネルギ・ エネルギー エネルギ-Cネルギ-[ネルギー キャベツ、ベーコン きじ肉じゃが 人参、みりん、米油 735 ホールコーン、ヤーコン 624 647 606 野菜炒め もやし、人参、塩 750 大根、枝豆、まぐろ水煮 E温糖、しょうゆ、酒 節分豆 パック黒糖黒豆 ヤーコンサラダーかに風味かまぼこ ツナサラダ こしょう、米油 kcal kcal kcal kcal kcal イタリアンドレッシング だし昆布、かつおだし 減塩ゴマドレッシング ごはん 精白米(岩見沢産ななつぼし) ごはん 精白米(岩見沢産ななつぼし **背割りコッペパン** 小麦 (岩見沢産キタノカオリ) ごはん 精白米(岩見沢産ななつぼし) 今月の地場産物 鶏卵、わかめ、長ねぎ 鶏もも肉、玉ねぎ えのきだけ、玉ねぎ 10 月 12 水 13|木 14 金 えのきの しょうゆ、酒、みりん 楽しさ 玉ねぎ、人参、白菜 人参、米油 長ねぎ、みそ かきたま汁 塩、でん粉 みそ汁 たくさん ホールコーン、コンソメ こんにく、しょうが だし昆布、かつおだし だし昆布、かつおだし チキンカレー 塩、こしょう 献立 スープ マトケチャップ 玉ねぎ ヤーコン 鶏つくね つくねハンバーグ ウスターソース さんまの さんまのしょうが煮 入賞作品 カレールウ、チャツネ ドイルウインナー しょうが煮 手造りみそ きじ肉 ボイル 79/679/67 切干大根、人参、みりん マトケチャップ ウインナー 高野豆腐、人参、みりん 切干大根の さつま揚げ、米油 中濃ソース、三温糖 キャベツ キャベツメンチカツ Cネルギ-エネルギー エネルギー エネルギー 高野豆腐の ごぼう、豚もも肉、米油 三温糖、酒、しょうゆ メンチカツ キャノーラ油 炒め煮 609 690 617 739 酒、三温糖、しょうゆ 煮物 だし昆布、かつおだし デザート チョコプリン kcal kcal kcal kcal だし昆布、かつおだし 福神漬 パック福神漬 ごはん 精白米(岩見沢産ななつぼし ごはん 精白米(岩見沢産ななつぼし ごはん **バーガーパン** 小麦(岩見沢産キタノカオリ ラーメン 小麦(岩見沢産キタノカオリ) 精白米(岩見沢産ななつぼし) 木綿豆腐、玉ねぎ ウインナー、玉ねぎ 17 月 18|火 鶏卵、玉ねぎ、長ねぎ 19 水 20 木 1211金 中華風 豚もも肉、白菜、人参 豆腐の 長ねぎ かぼちゃもち、玉ねぎ セロリー、ダイストマト スープストック かぼちゃ 長ねぎ、しょうが 卵スープ みそ、だし昆布 みそ汁 長ねぎ、しょうゆ、塩 ミネストローネ トマトジュース、にんにく でん粉、塩、しょうゆ 塩ラーメン 団子汁 にんにく かつおだし サルサポモドーロ、塩 だし昆布、かつおだし (汁) 塩ラーメンスープ スープストック、こしょう おさかなと 鶏肉の 鶏もも肉 野菜の おさかなと野菜のステーキ こしょう、米油 ポテトコロッケ 香味焼き クレイジーソルト さばのみそ煮 さばのみそ煮 ステーキ ポテトコロッケキャノーラ油、三温糖 鶏もも肉、酒、みりん 中濃ソース たこやき たこやき、キャノーラ油 *、*らたき、人参、焼ちくわ エネルギ-エネルギー エネルギ-エネルギ-エネルギー 大根、人参、ポークハム たけのこ、人参、ごぼう ひじき、米油、みりん もやし、青ピーマン 648 炒りどり 655 582 しょうゆ、米酢 606 578 ひじきの煮物 ナムル キャベツの きくらげの キャベツ、人参、しょうゆ **しょうゆ、米油、塩** 三温糖、酒、しょうゆ きくらげ、スープストック 三温糖、ごま油 kcal kcal kcal kcal kcal コンソメ、塩、こしょう、米油 ソテー ソテー 三温糖 だし昆布、かつおだし 米油、塩、こしょう コッペパン 小麦(岩見沢産キタノカオリ ごはん 精白米(岩見沢産ななつぼし ごはん 精白米(岩見沢産ななつぼし ごはん 精白米(岩見沢産ななつぼし) ホールコーン、玉ねぎ ほっけすり身ボール、塩 ♪牛乳(お茶)は、毎日つきます。 25 火 突きこんにゃく、たけのこ 27 木 ^{じゃがいも、ごぼう} 豚ひき肉、鶏ひき肉 26 水 28|金 クリームコーン じゃがいもの : : 5 コーンクリー つみれ汁 長ねぎ、酒、しょうが 長ねぎ、みそ まめプラス、玉ねぎ ♪はし は、毎日持参しましょう。 スープストック みそ汁 しょうゆ だし昆布、かつおだし そぼろ丼 人参、しょうが、にんにく 有塩バター ♪食材の都合により献立の内容が 献立 献立 スープ だし昆布、かつおだり (具) 赤みそ、三温糖、でん粉 コーンクリームスープ 一部変わることもあります。 酒、みりん、しょうゆ **五目厚焼き卵** 五目厚焼き卵 牛乳、塩、こしょう 鮭フライ 入賞作品 入賞作品 ♪ マークの日はスプーンがつきます。 鮭フライ テンメンジャン、米油 キャノーラ油 ヒレカツ ♪ごはんにおこげが入っている 10201020102 豚もも肉、キャベツ ヒレカツ キャノーラ油 味噌と 場合があります。 もやし、玉ねぎ、人参 ぶなしめじ、玉ねぎ 笹かまぼこ 笹かまぼこ エネルギ エネルギー エネルギ-- |玉葱と人参の エネルギ シャキシャキ ほうれん草、赤みそ エッグケアマヨネーズ ※アレルギーに関しては必要な方に原材料 675 724 ハちごゼリー 595 593 バターカレー オイスターソース、三温糖 大根、ささみ水煮、人参 野菜 人参、カレー粉、塩 配合表をお渡ししています。 大根サラダ フルーツあえ パインシラップ漬け しょうゆ、ごま油 kcal kcal kcal ソテー kcal かんきつドレッシング 黒こしょう、有塩バター そちらをご確認ください。 洋なしシラップ漬け