〔小学校〕

2月分予定献立表

平成30年度 都城学校給食センター

B コース	献立名 主食およびおかず	食材名 血や肉・骨になるもの（赤）	力や熱になるもの（黄）	からだの調子を整えるもの（緑）	調味料・その他	アレルギー表示 ★義務7品目	☆推奨20品目	栄養価 エネルギー(Kcal) たんぱく質(g)
給食	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう				乳	—	
5 火	ミルクパン	だっしふんにゅう　ぎゅうにゅう	ミルクパン こむぎこ　ショートニング　さとう		塩　イースト	小麦　乳	—	628
	とりにくのエスニカン	とりにく　ぎゅうにゅう なまクリーム せいにゅう	こめあぶら　じゃがいも	たまねぎ　にんじん　ブロッコリー	カレー粉　塩　こしょう クリームポタージュ（A）	小麦　乳	鶏肉	25.9
	ひゅうがなつドレッシングのサラダ		さんおんとう	にんじん　きゅうり　キャベツ スイートコーン	淡口　酢　日向夏ドレッシング	小麦	大豆	
6 水	しろごはん		こめ			—	—	
	みそでんがく（1こ） きょうどりょうり（いわてけん）	あつあげ　みそ　かつおぶし	こめあぶら　さんおんとう	しょうが	和風だし　みりん　淡口	小麦	大豆	613
	たかなのあぶらいため	ちりめん	こめあぶら　さんおんとう	たかなづけ たかな	濃口　みりん 塩　ウコン色素	小麦	大豆	26.1
	よせなべ	とりにく うずかまぼこ すけそうたら　いとより	こむぎでんぷん　さとう　でんぷん	にんじん　りょくとうもやし　はくさい いとこんにゃく　ほししいたけ　ねぎ	酒　みりん　淡口　濃口　塩 かつおだし　昆布だし 塩　コチニール色素	小麦	鶏肉　大豆	
7 木	きなこあげパン	だっしふんにゅう きなこ	コッペパン こむぎこ　ショートニング　さとう こめあぶら　さんおんとう		塩　イースト 塩	小麦　乳	大豆	617
	はるさめサラダ	いとかまぼこ たら	りょくとうはるさめ　こめあぶら たまごふしょうマヨネーズ でんぷん　さとう	にんじん　きゅうり スイートコーン	酢　塩　こしょう　淡口 かつおだし　昆布だし　みりん　塩	小麦	大豆	25.8
	ようふうかきたまじる	たまご ベーコン ぶたにく プチとうふ とうにゅう　だいず	パンこ さとう　でんぷん　みずあめ でんぷん	にんじん　キャベツ　たまねぎ パセリ	豚骨湯　野菜ブイヨン　酒 塩　こしょう　淡口 塩　香辛料	小麦　卵	豚肉　大豆	
8 金	しろごはん		こめ			—	—	
	くきわかめのきんぴら	ぶたにく　くきわかめ	ごまあぶら　いりごま　さんおんとう	にんじん　ごぼう　こんにゃく	濃口　みりん	小麦	大豆　ごま　豚肉	660
	さつまじる	とりにく　みそ　あぶらあげ	じゃがいも　さつまいも	にんじん　だいこん　しょうが　ねぎ	煮干しだし	—	大豆　鶏肉	24.8
	アロエヨーグルト(ちょくそう)	アロエヨーグルト だっしふんにゅう　クリーム　ゼラチン	さとう	アロエペラ		乳	ゼラチン	
4 月	しろごはん		こめ			—	—	
	にくどうふ	ぎゅうにく　あぶらあげ やきどうふ	さんおんとう	いとこんにゃく　しめじ　にんじん はくさい　ねぎ	みりん　濃口　塩	小麦	大豆　牛肉	622
	うおそうめんじる	あつあげ　うおそうめん いとより	でんぷん　さとう　みずあめ	にんじん　えのきたけ　みつば	かつおだし　昆布だし　塩　酒　淡口 塩　みりん	小麦	大豆	25.7
12 火	こくとうパン	だっしふんにゅう	こくとうパン こむぎこ　ショートニング　さとう くろざとう		塩　イースト	小麦　乳	—	602
	さけいそのかチーズフライ	さけいそのかチーズフライ カラフトマス　チーズ　あおさ だいず	こめあぶら パンこ　こむぎこ		塩	小麦　乳	さけ　大豆	34.4
	フレンチサラダ		こめあぶら　さんおんとう	キャベツ　きゅうり　にんじん	塩　こしょう　淡口　酢	小麦	大豆	
	いろどりやさいスープ	とりにく		にんじん　スイートコーン　しめじ ブロッコリー	チキンスープ　淡口 塩　こしょう　野菜ブイヨン	小麦	大豆　鶏肉	
13 水	しろごはん		こめ			—	—	635
	マーボーどうふ	ぶたにく　とうふ　みそ	さんおんとう　でんぷん	たまねぎ　にんじん　ほししいたけ たけのこ　にら	麻婆豆腐の素　濃口	小麦	大豆　鶏肉　ゼラチン	
	キャベツのオイスターソースいため		さんおんとう　こめあぶら	キャベツ　にんじん　にんにく さやいんげん　りょくとうもやし	みりん　オイスター　濃口	小麦	大豆	26.7
14 木	コッペパン	だっしふんにゅう	コッペパン こむぎこ　ショートニング　さとう		塩　イースト	小麦　乳	—	608
	ポークビーンズ	ぶたにく　だいず ベーコン ぶたにく	じゃがいも　さんおんとう さとう　でんぷん　みずあめ	トマト　たまねぎ　にんじん	野菜ブイヨン　ウスター 赤ワイン　ケチャップ　塩　こしょう 塩　香辛料	—	大豆　豚肉	26.9
	げんきサラダ	こんぶ　かつおぶし いろつきかまぼこ たら　昆布	さんおんとう　こめあぶら さとう　でんぷん　えごまゆ	キャベツ　きゅうり　にんじん スイートコーン	塩　淡口　酢 塩　かつおだし　紅麹色素	小麦	大豆	
15 金	しろごはん		こめ			—	—	
	とりにくとやさいのごまみそに	とりにく　あつあげ　あかみそ　みそ ちぎりてん すけそうたら　いとより　ぐち	さといも　さんおんとう　すりごま こむぎでんぷん　さとう　でんぷん なたねあぶら	にんじん　ごぼう　さやいんげん	濃口 塩	小麦	大豆　豚肉　ごま	651
	きりぼしだいこんいため	やきちくわ すけそうたら　いとより　そば　ひめじ たちうお　ママカリ　ホッケ　だいず	こめあぶら さとう　でんぷん　こめあぶら	きりぼしだいこん　にんじん　あおまめ	淡口　みりん 塩	小麦	大豆	25.5
	しろごはん		こめ			—	—	
	ポークカレー	ぶたにく	じゃがいも　しょくぶつあぶら	たまねぎ　にんじん　あおまめ にんにく	豚清湯　Fカレー　ウスター 米粉のカレー　カレーN	小麦	大豆　豚肉	779
	ブロッコリーとツナのサラダ	まぐろ まぐろみずに	さんおんとう　こめあぶら	ブロッコリー　にんじん　きゅうり スイートコーン	酢　レモン汁　淡口 野菜エキス　塩	小麦	大豆	25.5
	プチクレープ（チョコ）	プチクレープ たまご　ぜんぶんにゅう　ゼラチン	さとう　みずあめ　マーガリン でんぷん　こむぎこ　しょくぶつゆし		ココア　チョコレート アナトー色素	小麦　乳 卵	大豆 ゼラチン	
19 火	こめこパン	だっしふんにゅう	こめこパン こめこ　こむぎ　ショートニング　さとう		塩　イースト	小麦　乳	—	607
	ポトフ	ぶたにく ウインナー ぶたにく	じゃがいも とんし　でんぷん　さとう	たまねぎ　にんじん　だいこん　パセリ しょうが	ウスター　塩　こしょう　淡口 塩　こしょう	小麦	大豆　豚肉	27.7
	ごぼうのサラダ	ちりめん　ナチュラルチーズ	さんおんとう　たまごふしょうマヨネーズ	ごぼう　にんじん　きゅうり	酢　淡口　酢　ケチャップ	小麦　乳	大豆	
	いちご（1こ） ひめかちさんふしょうのひ（いちご）			いちご		—	—	
20 水	しろごはん		こめ			—	—	706
	チキンなんばん（2こ） リクエストこんだて【1い】	とりにく	こめあぶら　さんおんとう　でんぷん		塩　こしょう　濃口　酢	小麦	大豆　鶏肉	
	ノンエッグタルタルソース(いっしょく)	だいずご	タルタルソース なたねあぶら　コーンゆ　パームゆ みずあめ　さとう	ピクルス　たまねぎ　あかピーマン こんにゃくこ	りんご酢　塩　香辛料　レモン汁	—	大豆　りんご	39.0
	そえやさい			キャベツ　きゅうり	塩	—	—	
	なめこじる	みそ　あぶらあげ　とうふ		だいこん　にんじん　なめこ　ねぎ	煮干しだし	—	大豆	
21 木	しょくパン	だっしふんにゅう	しょくパン こむぎこ　ショートニング　さとう		塩　イースト	小麦　乳	—	643
	クラムチャウダー	あさり　とりにく　ぎゅうにゅう しろいんげんまめ　なまクリーム せいにゅう	じゃがいも	たまねぎ　にんじん　しめじ　パセリ	白ワイン　塩　こしょう チキンスープ　クリームポタージュ(A)	小麦　乳	鶏肉	26.0
	かいそうサラダ	わかめ　くきわかめ　かえでのり とさかのり	さんおんとう	いとかんてん　にんじん　きゅうり	淡口　酢　青じそドレッシング	小麦	大豆	
	マーシャルビンズ	だいずご　だっしふんにゅう	マーシャルビーンズ だいずゆ　パームゆ　コーンゆ　さとう		ココア　塩	乳	大豆	
22 金	しろごはん		こめ			—	—	630
	みやざきぎゅーっといため	ぎゅうにく	さんおんとう	しょうが　たまねぎ　キャベツ　食いたけ あおピーマン　あかピーマン　きピーマン だいだいピーマン　えのきたけ　こまつな	濃口　みりん	小麦	大豆　牛肉	
	ぶたじる	ぶたにく　みそ　あぶらあげ プチとうふ とうにゅう　だいず	さといも でんぷん	こんにゃく　だいこん　にんじん ごぼう　ねぎ		—	大豆　豚肉	24.4
18 月	しろごはん		こめ			—	—	
	ぬひかりのからあげ	ぬひかり	でんぷん　こめあぶら		塩　こしょう	—	—	672
	みやだいずのてっかみそ	みやだいず　あかみそ	こめあぶら　さんおんとう	ごぼう　にんじん　ほししいたけ あおまめ	酒　みりん	—	大豆	
	みぞれじる	あぶらあげ うずかまぼこ すけそうたら　いとより	でんぷん こむぎでんぷん　さとう　でんぷん	だいこん　にんじん　みつば	昆布だし　かつおだし　塩　酒　淡口 塩　コチニール色素	小麦	大豆	29.9
26 火	げんりょうコッペパン	だっしふんにゅう	コッペパン こむぎこ　ショートニング　さとう		塩　イースト	小麦　乳	—	667
	カレーちからうどん　カレーうどん	とりにく	うどん	たまねぎ　ねぎ　こまつな	かつおだし　米粉のカレー カレーN　ウスター　淡口　塩	小麦	大豆　鶏肉	
	ちからうどんのぐ	あぶらあげ	さんおんとう　もちっこいなり もちごめ　でんぷん　だいずゆ　みずあめ		淡口　濃口　みりん	小麦	大豆	
	グリーンサラダ	ぶたにく　だいず ロースハム	たまごふしょうマヨネーズ みずあめ　さとう	ブロッコリー　きゅうり　にんじん スイートコーン かんてん	塩　こしょう　酢　淡口 塩　コチニール色素	小麦	大豆　豚肉	22.6
	プリン【たまごふしょう】（ちょくそう）	せいにゅう	プリン さとう　しょくぶつゆし	かんてん	塩　カロチン色素	乳	—	
27 水	しろごはん		こめ			—	—	671
	さばゆずみそに	さば　みそ	さばゆずみそに さとう　こめこ	ゆず	みりん　塩	—	さば　大豆	
	きゅうりとわかめのすのもの	わかめ　かまぼこ すけそうたら　いとより	さんおんとう こむぎでんぷん　さとう　でんぷん	きゅうり　にんじん	酢　淡口 塩	小麦	大豆	25.2
	のっぺいじる	あぶらあげ	さといも　でんぷん	だいこん　にんじん　こんにゃく えのきたけ　ねぎ	かつおだし　昆布だし 淡口　塩　酒	小麦	大豆	
28 木	チーズパン	だっしふんにゅう　ナチュラルチーズ	チーズパン こむぎこ　ショートニング　さとう		塩　イースト	小麦　乳	—	639
	ふゆやさいのクリームに	ぎゅうにゅう　しろいんげんまめ ナチュラルチーズ　なまクリーム せいにゅう　だっしふんにゅう　だいず ぶたにく　ベーコン	じゃがいも でんぷん　さとう　でんぷん　みずあめ	たまねぎ　にんじん　ブロッコリー はくさい	塩　こしょう クリームポタージュ（R） 塩　香辛料	小麦　乳	大豆　豚肉	23.6
	イタリアンサラダ		さんおんとう	キャベツ　きゅうり　スイートコーン	酢　塩　こしょう　淡口 イタリアンドレッシング	小麦	大豆	
3/1 金	しろごはん		こめ			—	—	634
	セルフごもくずし	とりにく　あぶらあげ　さつまあげ すけそうたら　いとより　ぐち	さんおんとう　いりごま こむぎでんぷん　さとう　でんぷん なたねあぶら	ほししいたけ　にんじん　ごぼう　あおまめ	淡口　酢　塩　酒 塩	小麦	大豆　鶏肉　ごま	
	ひめはまぐりのすましじる	ひめはまぐり　わかめ　とうふ うずらのたまご　うずかまぼこ すけそうたら　いとより	てまりふ こむぎでんぷん　さとう　でんぷん	えのきたけ　にんじん　みつば	昆布だし　かつおだし　酒　塩　淡口 塩　コチニール色素	小麦　卵	大豆	25.2
	ひなあられ	のり	ひなあられ もちごめ　さとう		しょうゆ	小麦	大豆	
25 月	しろごはん		こめ			—	—	654
	いりどり	とりにく	じゃがいも　こめあぶら さんおんとう	ほししいたけ　にんじん　たけのこ こんにゃく　さやいんげん	淡口　濃口　みりん　酒	小麦	大豆　鶏肉	
	いっしょくなっとう	だいず　なっとう	さとう		濃口　淡口　魚介サバだし　タレ 昆布だし　かつおだし　塩	小麦	大豆　さば	29.7
	キムチじる	ぶたにく　みそ　とうふ	さといも さとう	はくさい　にら　にんじん　だいこん はくさいキムチ はくさい　にんにく　たまねぎ	煮干しだし 酒　塩　トマト粉　唐辛子　酢 パプリカ色素	—	大豆　豚肉	

お知らせ

※2/4（月）～2/8（金）
アロエヨーグルト
2/25（月）～3/1（金）
プリン
は業者から学校へ直送いたします。
ゴミの処理については、発砲スチロールの箱に入れているビニール袋にすべてを入れて業者にお返しください。

今月の調味料

淡口（しょうゆ）
小麦　大豆　塩

濃口（しょうゆ）
小麦　大豆　塩

みそ
大豆　禊麦　米　塩　酒

赤みそ
米麹　大豆　塩

酒
米　米麹　砂糖

みりん
もち米　米麹　砂糖

ウスター（ソース）
砂糖　酢　塩　たまねぎ　香辛料　トマト
カラメル色素

白ワイン
白ワイン　塩　砂糖
カラメル色素

赤ワイン
赤ワイン　塩　砂糖
ぶどう色素

豚清湯（ガラスープ）
豚肉　小麦　大豆

チキンスープ
鶏肉

クリームポタージュ（R）
小麦粉　植物油脂　脱脂粉乳　塩　砂糖　全脂乳
たまねぎ　かぼちゃ　豚肉　乳　大豆　豚肉
でん粉　香辛料

クリームポタージュ（A）
小麦粉　乳　塩　脱脂粉乳　たまねぎ　香辛料
鶏肉　パーム油

イタリアンドレッシング
なたね油　酢　砂糖　塩　酒　たまねぎ　食用油
香辛料　でん粉　トマト

青じそドレッシング
酢　砂糖　しょうゆ　塩　梅肉　ほたて
かつおだし　青じそ

日向夏ドレッシング
なたね油　大豆油　日向夏みかん果汁　酢
しょうゆ　からし

野菜ブイヨン
塩　砂糖　トマト粉　たまねぎ粉　にんにく粉
食用油　香辛料

麻婆豆腐の素
しょうゆ　砂糖　にんにく　しょうが　塩　みそ
ラージャン　チキンエキス　でん粉　ポークエキス
カラメル色素　酒　ゼラチン

カレー（フレーク）N
でん粉　パーム油　なたね油　砂糖　塩　カレー粉
さつまいも粉　トマト粉　たまねぎ粉
カラメル色素　香辛料

Fカレー（フレーク）
小麦粉　ラード　塩　カレー粉　砂糖　たまねぎ
にんにく　トマト　大豆　香辛料　カラメル色素

米粉のカレー（ルウ）
米粉　砂糖　ラード　カレー粉　塩　たまねぎ粉
トマト　にんにく粉　カラメル色素　パーム油

和風だし（の素）
砂糖　塩　かつお粉　かつおだし　昆布だし

卵不使用マヨネーズ
植物油脂　ぶどう酢　砂糖　塩　酢　でん粉　大豆
香辛料

（トマト）ケチャップ
トマト　砂糖　酢　塩　たまねぎ　香辛料

オイスター（ソース）
カキ　砂糖　酢　塩　でん粉　カラメル色素

※Aコース、Bコース、Cコースの日校のコースを見て、当日の日付をたどりながら献立を見ていきます。
学校名は次のとおりです。

Aコース…吉之元小、西岳小、五十市小
大王小、上長飯小、羽道小
安久小

Bコース…川東小、梅北小、今町小
乙房小、沖水小、祝吉小

Cコース…庄内小、菓子野小、羽和小
南小、東小、西小