

令和6年度 2月 中学校給食献立表

※食材の仕入れ状況により、献立の内容を変更する場合があります。

国富町立学校給食共同調理場

日 (曜日)	行事等 (月)	☆献立名☆	主に体の組織をつくる		主に体の調子を整える		主にエネルギーになる		調味料	1献立 - たんぱく質 kcal g
			1群 卵・魚・肉・豆・豆製品	2群 牛乳	3群 緑黄色野菜	4群 その他の野菜・果物・きのこ	5群 米・パン・めん・いも・砂糖	6群 油脂		
3	節分 献立	麦ご飯 つみれ汁 いわし梅味噌煮 ほうれん草のごま和え	いわしつみれ 豆腐 いわし梅味噌煮	牛乳	にんじん ねぎ えのきたけ		米 麦		かつおだし しょうゆ 塩 しょうゆ 酢	680 kcal 29.0 g
4	(火)	麦ご飯 小松菜のスープ 豚肉のソース炒め	ウィンナー(チキン) 豚肉 厚揚げ	牛乳	にんじん 小松菜 だいこん たまねぎ えのきたけ しょうが たまねぎ もやし ぶなしめじ 青豆 にんじん		米 麦 じゃがいも	サラダ油	煮干しだし しょうゆ 塩 こしょう 酒 しょうゆ みりん ウスターソース	711 kcal 32.7 g
5	(水)	コッペパン 鶏肉のトマト煮 かぼちゃのナッツサラダ	鶏肉 白いんげん豆	牛乳	にんじん トマト たまねぎ ぶなしめじ にんにく かぼちゃ にんじん きゅうり コーン		コッペパン じゃがいも 砂糖	サラダ油 エッグケアマヨネーズ アーモンド	トマトケチャップ ウスターソース デミグラスソース 赤ワイン 塩 こしょう	726 kcal 32.2 g
6	(木)	麦ご飯 肉じゃが きゅうりとわかめの酢の物	豚肉	牛乳	にんじん たまねぎ こんにゃく しいたけ 青豆 にんじん きゅうり キャベツ		米 麦 じゃがいも 砂糖	サラダ油	酒 みりん しょうゆ 酢 しょうゆ	674 kcal 28.5 g
7	(金)	麦ご飯 豆腐のスープ チーズツッカルビ	豆腐 ベーコン 鶏肉 チーズ	牛乳	にんじん チンゲンサイ もやし えのきたけ にんじん にはら にんにく しょうが たまねぎ キャベツ		米 麦 トッポギ 砂糖	ごま油	鶏がらスープ しょうゆ 塩 こしょう 酒 しょうゆ コチジャン トウバンジャン	821 kcal 32.4 g
10	(月)	麦ご飯 千切大根の米粉キーマカレー つぼみ野菜のごま和え	鶏肉 ハム	牛乳	にんじん たまねぎ 千切大根 青豆 にんにく ブロッコリー カリフラワー コーン		米 麦 じゃがいも 砂糖	サラダ油	赤ワイン 米粉カレーフレーク 鶏がらスープ 塩 こしょう トマトケチャップ ウスターソース ベーストチャップ ごまドレッシング	810 kcal 30.7 g
12	(水)	ミニ黒糖パン 千切大根のトマトペンネ ズッキーニのマリネ	豚肉 鶏ささみ	牛乳	にんじん トマト 千切大根 たまねぎ ぶなしめじ 青豆 にんにく にんじん ズッキーニ キャベツ		黒糖パン ペンネ	サラダ油	酒 トマトケチャップ ウスターソース 塩 こしょう ピーマンドレッシング	769 kcal 32.3 g
13	(木)	麦ご飯 呉汁 千切大根の卵とじ	呉汁の素 豆腐 みそ 豚肉 卵	牛乳	にんじん 大根葉 だいこん こんにゃく えのきたけ にんじん にはら 千切大根 たまねぎ しいたけ		米 麦 じゃがいも	サラダ油 ごま油	煮干しだし 酒 しょうゆ みりん	736 kcal 33.1 g
14	(金)	麦ご飯 里芋のみそ汁 たらと千切大根のあんかけ	油揚げ 豆腐 みそ たら	牛乳	小松菜 だいこん たまねぎ なめこ 千切大根 ピーマン(黄・橙)		米 麦 里芋 でん粉	菜種油 サラダ油	煮干しだし しょうゆ みりん 酒 和風だしの素	725 kcal 28.1 g
17	(月)	減量麦ご飯 長崎ちゃんぽん 海藻の中華和え	豚肉 えび ツナ(水煮)	牛乳 海藻	にんじん キャベツ もやし にんじん ブロッコリー きゅうり		米 麦 ちゃんぽん麺 砂糖	サラダ油 ごま油 ごま	酒 塩 こしょう 鶏がらスープ 中華スープストック しょうゆ オイスターソース 酢 しょうゆ	680 kcal 30.8 g
18	(火)	麦ご飯 じゃがいもの味噌汁 厚揚げのそぼろ煮	豆腐 みそ 鶏肉 厚揚げ	牛乳	にんじん ねぎ えのきたけ にんじん いんげん たまねぎ こんにゃく		米 麦 じゃがいも	砂糖 でん粉 サラダ油	煮干しだし しょうゆ 酒 みりん	725 kcal 29.9 g
19	(水)	黒糖パン ラビオリのデミグラス煮 コーンサラダ	ラビオリ 鶏肉 ハム	牛乳	にんじん たまねぎ ぶなしめじ 青豆 にんじん きゅうり キャベツ コーン		黒糖パン じゃがいも 砂糖	サラダ油 サラダ油	鶏がらスープ ハヤシフレーク デミグラスソース トマトケ チャップ しょうゆ 洋風スープストック 赤ワイン しょうゆ 酢 塩 こしょう	800 kcal 33.3 g
20	(木)	麦ご飯 麻婆豆腐 パンバンジーサラダ	豆腐 豚肉 みそ 鶏ささみ	牛乳	にら たまねぎ たけのこ しいたけ にんにく にんじん きゅうり もやし		米 麦 砂糖 でん粉 砂糖	ごま油 ごま ごま油	みりん しょうゆ 酒 オイスターソース 酢 しょうゆ 塩	781 kcal 36.5 g
21	(金)	減量麦ご飯 ワンタンスープ 照り焼きチキン 添えキャベツ シュークリーム	ベーコン 照り焼きチキン	牛乳	にんじん チンゲンサイ たまねぎ しいたけ キャベツ		米 麦 ワンタン シュークリーム		鶏がらスープ 中華スープストック しょうゆ 塩 こしょう 塩	722 kcal 30.5 g
25	(火)	減量麦ご飯 カレーうどん じゃこどひじきの和え物	鶏肉 かまぼこ(イトヨリ・タラ) ひじき ちりめん	牛乳	にんじん たまねぎ えのきたけ 青豆 小松菜 にんじん もやし にんにく しょうが		米 麦 うどん	ごま油 ごま	煮干しだし カレールウ しょうゆ 塩 酒 しょうゆ	747 kcal 31.4 g
26	(水)	コッペパン 白菜のクリーム煮 ごぼうのかみかみサラダ	鶏肉 ツナ(水煮)	牛乳 牛乳	にんじん 白菜 ぶなしめじ たまねぎ にんじん ごぼう きゅうり コーン		コッペパン じゃがいも 米粉	サラダ油 ごま	酒 塩 こしょう 鶏がらスープ 洋風スープストック しょうゆ	696 kcal 32.3 g
27	(木)	麦ご飯 のっぺい汁 三色丼	厚揚げ かまぼこ(イトヨリ・タラ) 鶏肉 ス克蘭ブルエッグ	牛乳	にんじん 大根葉 だいこん こんにゃく たまねぎ しいたけ 青豆		米 麦 じゃがいも でん粉	サラダ油	あつけずりだし しょうゆ みりん しょうゆ 酒 塩	719 kcal 33.6 g
28	(金)	世界の料理 麦ご飯 ひよこ豆のハリススープ さばカレーぎょうざ 添えもやし	ひよこ豆 白花豆ペースト さばカレーぎょうざ	牛乳	にんじん 小松菜 たまねぎ キャベツ もやし		米 麦 米粉 菜種油 砂糖	サラダ油	鶏がらスープ 洋風スープストック トマトビュレ 塩 こしょう 酢 しょうゆ	741 kcal 22.3 g

【食品の原材料一覧】

商品名	原材料
エッグケアマヨネーズ	食用植物油(なたね・大豆)、醸造酢、食塩、砂糖、粉末状植物性たん白(大豆)、香辛料(マスタード)、酵母エキスパウダー/増粘剤(加工でん粉、キサンタンガム)、調味料(有機酸等)、香辛料抽出物・水
マイルドデミグラスソース	ブドウ糖(小麥粉、ラード)、トマトペースト、ソテードオニオン(たまねぎ・大豆油)、チキンエキス、にんじん、砂糖、酵母エキス、でん粉(とうもろこし)、食塩、香辛料(黒こしょう)、水
米粉のカレーフレーク	米粉、砂糖、ぶどう糖、食用油脂(ラード・パーム)、カレー粉、食塩、オニオンパウダー、トマトペースト、ガーリックパウダー、酵母エキス/カラメル色素
いわしのつみれ団子	いわし、発酵調味料、でん粉、砂糖、食塩、しょうが、トレハロース
ソフトシュークリーム	〔皮〕全卵、ファストフッド(大豆)、小麦粉、食塩、加糖卵黄凝乳、ショートニング、脱脂卵乳、ゼラチン(豚)、加糖卵黄、砂糖、洋酒、食塩/乳化剤、安定剤(増粘多糖類)、香料、膨張剤、着色料、水
チキンスライスウィンナー	鶏肉、でん粉、発酵調味料、粉末水あめ、砂糖、食塩、香辛料(ペパー、オニオン、パプリカ、トマトパウダー・ガーリックパウダー・マスタード・セージ)・水
ハヤシルー	小麦粉、食用油脂(ラード・パーム油)、食塩、糖類(砂糖、ぶどう糖)、トマトペースト、オニオンパウダー(脱脂大豆、ぶどう糖)、ガーリックパウダー、香辛料(ペッパー・コーンパウダー・米粉・シナモン・ローレル)、酵母エキスパウダー/カラメル色素
ス克蘭ブルエッグ	鶏卵、だし汁(醤油、鰹節、かつおエキス、煮干しエキス、食塩)、でん粉、砂糖、食塩、植物油(なたね)
ウェーブワンタン	小麦粉、食塩

商品名	原材料
ベーストチャップ	糖類(水あめ、ブドウ糖、砂糖)、りんご加工品、デーツピューレ、醸造酢、香辛料(とうもろこし)、にんにくペースト、食塩/調味料
クワイレドレッシング	砂糖、醸造酢、デキストリン、しょうゆ(小麦、大豆)、ごま(すりごま、ねりごま)、食塩、酵母エキス/増粘剤(キサンタンガム)、ホワイトペッパー、水
ピーマンドレッシング	調味酢、しょうゆ、食用植物油(大豆、なたね)、ピーマン、砂糖、かつおだし、にんにく、からし抽出物
いわし梅味噌煮	いわし、砂糖、みそ、しそ抽出液、本みりん、梅肉、米粉、食塩、水
ラビオリ	<皮>小麦粉、食塩、水 <具>鶏肉、豚肉、玉ねぎ、パン粉、粒状大豆たん白、豚脂、酵母エキス、ポークエキス、食塩、砂糖、香辛料/調味料(アミノ酸等)、安定剤(加工デンプン)
照り焼きチキン	鶏肉、発酵調味料、こい醤油、砂糖、カラメル、発酵調味料
ドカレールウ	小麦粉、食用油脂(ラード・パーム油)、食塩、カレー粉、糖類(砂糖、ぶどう糖)、オニオンパウダー(大豆)、ガーリックパウダー、トマトペースト、酵母エキスパウダー、香辛料(ペッパー・ローレル)/カラメル色素
サバカレーぎょうざ	キャベツ、豚ひき肉、豚脂、鶏骨身、粒状大豆たん白、カレールウ、砂糖、醤油、にんにく、食塩、生姜、胡椒、炭酸カルシウム、小麦粉、食塩、植物油、水