



2月献立予定表



中学校
神崎町給食センター

2024年

日	曜日	献立名			主な材料とその働き						栄養価 エネルギー(kcal) たんぱく質(g) 塩分相当量(g)
		主食	牛乳	おかず	【赤】 主に体の組織をつくる		【緑】 主に体の調子を整える		【黄】 主にエネルギーとなる		
					1群	2群	3群	4群	5群	6群	
★オリジナルサンドイッチ給食★				豆乳	牛乳	人参	キャベツ	パン	大豆油	862	
1	木	横割り コッペンパン	○	豆乳コロッケ コールスローサラダ チリコンカン	鶏肉 大豆 青大豆	金時豆	枝豆	コーン	小麦粉 米粉	35.7 3.7	
★節分の日給食★				いわし	牛乳	ほうれん草	キャベツ	米	マヨネーズ	773	
2	金	ごはん	○	いわしの梅煮 のりマヨしょうゆ和え 豚汁 豆乳いちご大福	ツナ 豚肉 かつお節	のり こんぶ みそ	ごぼう こんにゃく 白菜	大福 里芋	32.1 2.7		
5	月	ごはん	○	豚キムチ丼 切干大根のサラダ カル鉄ヨーグルト	豚肉 ハム	牛乳 ヨーグルト	ニラ 人参 玉ねぎ きゅうり	白菜 もやし にんにく 切干大根	米 砂糖 ごま油	762 32.3 2.6	
6	火	ごはん	○	タラのガーリック立揚げ 寒天サラダ 肉じゃが	タラ 豚肉 かつお節	牛乳 寒天	ブロッコリー パプリカ 人参 さやいんげん	キャベツ きゅうり 玉ねぎ しらたき	米 濃粉 じゃがいも 砂糖	751 29.4 2.2	
7	水	ごはん	○	麻婆豆腐丼 春雨サラダ フルーツ杏仁	とうふ 豚肉 大豆 ハム	牛乳 豆腐 みそ	人参 ピーマン ニラ ほししいたけ	長ねぎ にんにく きゅうり もやし	米 砂糖 フルーツ杏仁 澱粉	839 31.8 3.0	
8	木	ゆで中華麺	○	しょうゆラーメンの汁 しゅうまい アーモンド入りごぼうサラダ みかんクレープ	豚肉 なると	牛乳 わかめ	人参 ほうれん草 玉ねぎ コーン	ごぼう もやし 長ねぎ きゅうり	中華麺 しゅうまいの皮 クレープ 砂糖 ごま	825 33.1 3.6	
9	金	ごはん	○	チキンカレー ビーンズサラダ お魚アーモンド	鶏肉 大豆 青大豆 金時豆	牛乳	人参 枝豆 コーン きゅうり	玉ねぎ にんにく キャベツ りんご	米 じゃがいも アーモンド ドレッシング	846 28.5 2.3	
13	火	ごはん	○	豚丼 五色和え バニラウエハース	豚肉 ちくわ	牛乳	人参 玉ねぎ しらたき きゅうり コーン	米 砂糖 ウエハース	812 32.8 2.6		
14	水	ごはん	○	メンチカツ(2個) ブロッコリーのアーモンド和え ABCスープ チョコプリン	鶏肉 豚肉 ハム ベーコン	ジョア	ブロッコリー 人参 キャベツ	米 パン粉 小麦粉 砂糖 マカロニ	821 26.8 2.4		
15	木	食パン (黒ごまパテ)	○	鶏肉のハニーマスタード焼き グリーンサラダ つぶつぶコーンポタージュ	鶏肉	牛乳 スキムミルク	ブロッコリー アスパラガス 人参 パセリ	しょうが キャベツ 玉ねぎ コーン	パン はちみつ 生クリーム サラダ油	841 34.3 3.5	
16	金	ごはん	●	さばの塩焼き ほうれん草ともやしのおかか和え 鶏肉と野菜のみそ煮	さば かつお節 鶏肉 厚揚げ	牛乳	ほうれん草 人参 さやいんげん しょうが	もやし ごぼう 大根 こんにゃく	米 ミルメーク 砂糖	817 37.1 2.5	
★受験生応援給食★				鶏肉	牛乳	ほうれん草	えのき	米	大豆油	904	
19	月	ごはん	○	チキンカツ(2個) 磯和え 白玉汁 いよかんゼリー	なると のり 油揚げ	こんぶ	こまつな 長ねぎ 玉ねぎ	パン粉 小麦粉 小麥粉 砂糖	サラダ油 白玉 ゼリー	34.7 3.0	
20	火	ごはん	○	豚肉の生姜焼き ほうれん草のごま和え 大根とえのきのみそ汁	豚肉 かつお節 みそ 油揚げ	牛乳 こんぶ	ほうれん草 パプリカ 人参 大根	にんにく しょうが キャベツ えのき	米 砂糖	806 33.3 2.8	
21	水	ごはん	○	赤魚の西京焼き すき焼き風煮 大根サラダ	みそ 赤魚 豚肉 厚揚げ	牛乳	人参 しらたき もやし 大根	玉ねぎ 長ねぎ ほししいたけ えのき	米 砂糖	792 38.0 2.7	
22	木	コッペンパン (キャラメルパテ)	○	きのこソースオムレツ 花野菜サラダ 米粉のクリームシチュー	たまご 鶏肉	牛乳	ブロッコリー 人参 パセリ 玉ねぎ	えのき マッシュルーム カリフラワー かぶ コーン	パン キャラメルパテ 砂糖 生クリーム 米粉	812 30.9 2.9	
26	月	ごはん	○	ハヤシライス ジャーマンポテト 十勝ヨーグルト	豚肉 ベーコン	牛乳 ヨーグルト	人参 パセリ	玉ねぎ マッシュルーム しょうが 枝豆	米 じゃがいも 生クリーム バター	862 28.7 2.8	
27	火	ごはん	○	アジの磯辺フライ 切干大根の煮物 里芋入りみそ汁 黒糖ビーンズ	アジ ちくわ 油揚げ みそ 大豆	牛乳 あおさ こんぶ かつお節	人参 こまつな 長ねぎ 切干大根	枝豆 ほししいたけ しめじ 玉ねぎ	米 パン粉 小麦粉 里芋 砂糖	766 30.1 2.6	
28	水	わかめごはん	○	豚肉と野菜のうま煮 ポテトサラダ デコボン	豚肉 厚揚げ かつお節	牛乳 わかめ	人参 さやいんげん きゅうり コーン	大根 こんにゃく れんこん デコボン	米 砂糖 じゃがいも	812 27.2 2.8	
29	木	きなこ 揚げパン	○	カラフルサラダ ポトフ 食べ比べりんご	きなこ ツナ 豚肉 ワインナー	牛乳	ブロッコリー パプリカ 人参 パセリ	カリフラワー きゅうり 玉ねぎ かぶ りんご	パン 大豆油 きびぎとう ドレッシング じゃがいも	809 32.5 2.9	

*都合により献立や材料を変更することがあります。ご了承ください。
裏面もご覧ください。

学校給食摂取基準
27.0~41.5
2.5g未満

★受験生応援給食について★

中学校や高校などを受験する人々への応援する気持ちをこめました。

○チキンカツ：受験に勝つ！ ○白玉汁：白玉のように粘り強く頑張る！

○いよかんゼリー：合格の良いよかん♡

★みんなが笑顔の春になりますように★