

2月の献立予定表

新発田市学校給食紫雲寺共同調理場
令和5年度 2月

日	曜	こんだて			おもな使用食品					エネルギー	
		主食	のみのもの	おかず	あか おもに体を作る たんぱく質	カルシウム	みどり おもに体の調子をととのえる カロテン	ビタミンCなど	まいろ おもに熱や力になる 炭水化物	脂質	上段：小学校 下段：中学校
1	木	ソフトめん	牛乳	まめミートソース シャキシャキポテトサラダ ぼんかん	ぶた肉,みそ,大豆, 豆,ツナ	牛乳	にんじん,トマト	しょうが,にんにく,たまねぎ, マッシュルーム,きゅうり,キャ ベツ,ぼんかん	ソフトめん,三温 糖,じゃがいも	米油,ごま	671 kcal 808 kcal
節分献立		節分豆ごはん	牛乳	いわしの甘露煮 オータムボエムの昆布和え 新発田産のみそ汁 節分デザート	大豆,いわし,豆腐, あやめみそ	塩昆布,煮 干しだし, わかめ,牛 乳	オータムボエム, にんじん	キャベツ,だいこん,えのきたけ,お ぎ,しょうが	米,三温糖,じゃ がいも,新発田 産,豆腐,プリン	ごま	617 kcal 744 kcal
5	月	ごはん	牛乳	鶏のから揚げ ごまみそだれ いそマヨサラダ たぬき汁	とり肉,あやめみ そ,大豆,系かつお	のり,かつ おだし,牛 乳	小松菜,にんじん	もやし,キャベツ,ごぼう,だいこん, こんにゃく,えのきたけ,しょう が,ねぎ	米,三温糖,かた くり粉	米油,ごま, ノンエッグ マヨネーズ	691 kcal 844 kcal
6	火	ごはん	牛乳	さばの照り焼き アーモンドキンピラ 白菜と厚揚げのみそ汁	さば,ぶた肉,厚揚 げ,あやめみそ	煮干しだ し,牛乳	にんじん,いんげ ん	ごぼう,れんこん,こんにゃく,白 菜,えのきたけ,ねぎ	米,三温糖,さと いも	米油,アー モンド	644 kcal 781 kcal
7	水	ごはん	牛乳	ししゃもフライ 大豆もやしのナムル キムチチゲ	ぶた肉,豆腐,あや めみそ	ししゃも, 牛乳	にんじん,小松菜, にら	大豆もやし,もやし,だいこん,き くらげ,白菜,キムチ,ねぎ	米,三温糖	米油,ごま 油,ごま	647 kcal 821 kcal
8	木	チョコチップ パン	牛乳	オムレツ きのごソース 糸寒天と青大豆のサラダ コンソメスープ	たまご,大豆,ショ ルダーベーコン	寒天,わか め,牛乳	にんじん	しめじ,マッシュルーム,えのき たけ,キャベツ,きゅうり,とうも ろこし,白菜,たまねぎ,だいこん	パン,チョコレート, 三温糖,じゃ がいも	ごま油,ご ま	607 kcal 766 kcal
9	金	ごはん	牛乳	えびシューマイ 大根の中華和え 豆腐の中華煮	えび,たら,ぶた肉, ほたて,豆腐	牛乳	にんじん	だいこん,きゅうり,とうもろこ し,しょうが,たまねぎ,たけの こ,しいたけ,白菜,ねぎ	米,三温糖,かた くり粉,しゅうま いの皮	ごま油,ご ま,米油	634 kcal 808 kcal
12	月	建国記念の日の振替休日			建国記念の日：建国をしのび、国を愛する心を養う日						
13	火	ごはん	牛乳	冬野菜カレー 海藻サラダ カップdeヤクルト	ぶた肉,大豆	海藻ミッ ク,わかめ, カップdeヤ クルト,牛乳	にんじん,ブロッ コリー	にんにく,しょうが,たまねぎ,だ いこん,れんこん,きゅうり,キャ ベツ,とうもろこし	米,さつまいも,三 温糖	米油,カ レールウ	693 kcal 838 kcal
バレンタイン献立		ごはん	牛乳	ハンバーグ オニオンソース ミックスビーンズサラダ 冬野菜のポトフ チョコデザート	ぶた肉,豆,とり肉	牛乳	にんじん	キャベツ,きゅうり,とうもろこ し,にんにく,たまねぎ,セロ リー,だいこん,しめじ,かぶ	米,三温糖,かた くり粉,じゃがい も	オリーブ油	693 kcal 848 kcal
15	木	ゆでうどん	牛乳	もち入り信田煮 じゃこ和え 和風かけ汁	とり肉,かまぼこ, 油揚げ	ちりめん じゃこ,か つおだし, 牛乳	にんじん,小松菜	キャベツ,もやし,きゅうり,ごぼ う,干し椎茸,えのきたけ,白菜,お ぎ	ゆでうどん,三温 糖	ごま油,ご ま	620 kcal 730 kcal
16	金	ごはん	牛乳	ホッケの塩こうじ焼き カレーマヨたく和え 高野豆腐の卵とじ	ホッケ,とり肉,高 野豆腐,たまご	かつおだ し,牛乳	にんじん,いんげ ん	たくあん,キャベツ,きゅうり,た まねぎ,たけのこ,しいたけ,こんに ゃく	米,春雨,じゃが いも,三温糖	ノンエッグ マヨネーズ	644 kcal 787 kcal
食育の日献立		ごはん 昆布ふりかけ	牛乳	おからコロッケ オータムボエムのおかまヨ和え 小煮物	おから,系かつお, とり肉,かまぼこ, 大豆,ぶた肉	かつおだ し,牛乳,ひ じき	オータムボエム, にんじん,絹さや	キャベツ,しいたけ,ごぼう,たけ のこ,れんこん,こんにゃく	米,さといも	米油,ノン エッグマヨ ネーズ	648 kcal 789 kcal
20	火	ごはん	牛乳	肉だんごの和風あん きりざい 根菜の呉汁	ぶた肉,納豆,厚揚 げ,豆腐,大豆,あや めみそ	煮干しだ し,牛乳	小松菜,にんじん	たくあん,ごぼう,だいこん,こんに ゃく,ねぎ,たまねぎ	米,さといも, 米パン粉,米粉	ごま	621 kcal 758 kcal
21	水	ごはん	牛乳	いか磯辺フライ 卵の花炒り なめこ汁	イカ,ちくわ,おか ら,豆腐,厚揚げ,あ やめみそ,大豆	ひじき,煮 干しだし, 牛乳	にんじん,小松菜	ごぼう,干し椎茸,しらたき,ねぎ, なめこ,だいこん	米,三温糖,じゃ がいも,パン粉	米油	608 kcal 755 kcal
アルビ開幕献立		チリコンカン 背割り コッパン	牛乳	チリコンカン 白菜のフレンチサラダ アルビスープ アルビゼリー	ぶた肉,大豆,ショ ルダーベーコン, 白いんげん豆,豆 乳	牛乳	にんじん,トマト	にんにく,たまねぎ,白菜,きゅう り,とうもろこし,マッシュルー ム	パン,三温糖,米 粉,マカロニ,みか んゼリー	オリーブ 油,ホワイト トルウ	655 kcal 827 kcal
23	金	天皇誕生日			天皇の誕生日を祝う日						
26	月	ごはん	牛乳	大豆ミート入り中華丼の具 春巻き フルーツのゼリー和え	ぶた肉,大豆ミ ート,なると	牛乳	にんじん,絹さや	しょうが,にんにく,たまねぎ,た けのこ,しいたけ,きくらげ,もやし, 白菜,みかん,パイナップル, りんご	米,かたくり粉, アセロラジュレ, 小麦粉	米油,ごま 油	705 kcal 888 kcal
受験応援献立		れんこんメンチカツ たくあんのおかか和え 合格すまし汁 いい予感ゼリー	牛乳	れんこんメンチカツ たくあんのおかか和え 合格すまし汁 いい予感ゼリー	ぶた肉,とり肉,系 かつお,かまぼこ, 豆腐	かつおだ し,牛乳	にんじん,ほうれん 草	キャベツ,もやし,きゅうり,たく あん,えのきたけ,たけのこ,だい こん,しいたけ,れんこん	米,じゃがいも, パン粉,いよかん ゼリー	米油,ごま	639 kcal 763 kcal
28	水	ごはん	牛乳	さばのみそ煮 きな粉和え 大根のそぼろ煮	さば,かまぼこ,き な粉,とり肉,大豆, 厚揚げ	牛乳	小松菜,にんじん, いんげん	もやし,しょうが,たまねぎ,だい こん,しいたけ,こんにゃく	米,三温糖,じゃ がいも,かたくり 粉	米油	690 kcal 861 kcal
29	木	ターメリック ライス	ジョア	ウインナー ひじきナッツサラダ ハヤシライスソース	ウインナー,大豆, ぶた肉	ひじき, ジョア	にんじん,トマト	枝豆,キャベツ,とうもろこし, しょうが,にんにく,たまねぎ,し めじ	米,三温糖,じゃ がいも	アーモン ド,ごま油, 米油,ハヤ シルウ	708 kcal 880 kcal

給食の予定

15日(木) 藤塚小5年生なし
16日(金) 藤塚小5年生なし

*下線は新発田市産、太字は紫雲寺産のものを示します。

*物価の変動や気候等により、献立が変更になることがあります。