



2023年 2月分献立表



邑楽町立学校給食センター

節分献立
邑楽中
リクエストメニュー

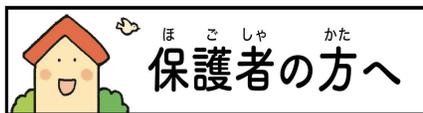


日	曜	献立名	体をつくる	体の調子を整える		エネルギーになる		エネルギー Kcal	たんぱく質 g	脂質 g		
				1群 魚・肉・卵 豆・豆製品	2群 牛乳・乳製品 小魚・海そう	3群 緑黄色野菜	4群 その他の野菜・果物				5群 米・パン・めん いも・砂糖	6群 油脂
1	水	ご飯 牛乳	ヤンニョムチキン 野菜のナムル トック入りスープ	とり肉 卵	牛乳	ほうれん草 にんにく にんじん にら	しょうが もやし きゅうり キャベツ ねぎ 大根	ご飯 片栗粉 小麦粉 砂糖 トック	油 ごま ラー油 ごま油	685 799	28.8 33.7	20.3 22.0
2	木	ご飯 牛乳	いわしのおかか煮 大豆の五目煮 みそけんちん汁	いわし 豆腐 油揚げ 大豆 かつおぶし とり肉 さつま揚げ みそ	牛乳	にんじん	こんにやく 大根 ごぼう ねぎ しいたけ	ご飯 砂糖 さといも	油 ごま油	671 809	31.0 37.0	22.4 26.2
3	金	中華麺(パック) ココア揚げパン 牛乳	みそラーメンの汁 キムチ和え	ぶた肉 なると みそ	牛乳	にら にんじん	もやし 白菜 ねぎ にんにく しょうが キャベツ 玉ねぎ きゅうり	中華麺 パン ココア	油 ごま ごま油	684 820	27.6 32.8	18.7 21.8
6	月	ご飯 牛乳	こぎつねご飯の具 コーン焼売(2.2.3) ふわふわスープ	とり肉 かまぼこ 油揚げ 卵 はんぺん ぶた肉	牛乳	にんじん	しょうが ごぼう 枝豆 しいたけ コーン 玉ねぎ キャベツ	ご飯 砂糖 小麦粉 片栗粉	油 ごま	647 804	26.2 31.8	20.6 24.8
7	火	背割りコッペパン 発酵乳	ポークビーンズ ロングウインナー ごぼうサラダ	ぶた肉 大豆 いんげん豆 ウインナー	発酵乳 生クリーム	にんじん	玉ねぎ ごぼう きゅうり 大根 コーン	パン じゃがいも 砂糖	油 ごま ごま油	686 778	27.7 31.6	23.3 28.8
8	水	ご飯 牛乳	白身魚のフライ 野菜のごま和え とん汁	ホキ ぶた肉 豆腐 みそ	牛乳	ほうれん草 にんじん	白菜 もやし にんにく 大根 ねぎ ごぼう しいたけ	ご飯 小麦粉 砂糖 パン粉 じゃがいも	油 ごま	668 810	25.9 31.5	21.2 25.2
9	木	ご飯 牛乳	チキンカレー じゃこサラダ ゼリー和え	とり肉	牛乳 わかめ チーズ じゃこ	にんじん	しょうが にんにく 玉ねぎ ブルーベリー もやし キャベツ みかん 黄桃 パイナップル なし	ご飯 じゃがいも ゼリー	油 ごま ドレッシング	698 842	21.7 25.7	20.3 23.4
10	金	ゆめロール 牛乳	オムレツデミグラスソースかけ かぼちゃサラダ マカロニ入り野菜スープ	卵 ベーコン	牛乳 チーズ	かぼちゃ にんじん チンゲンサイ	玉ねぎ きゅうり 白菜 コーン	パン 砂糖 片栗粉 マカロニ	油 マヨネーズ	620 765	22.0 26.1	26.6 32.2
13	月	ご飯 牛乳	チーズ入り肉団子(1.2.2) 大根としらたきのピリ辛炒め 白菜と油揚げのみそ汁	ぶた肉 みそ とり肉 油揚げ	牛乳 チーズ	小松菜 にんじん	大根 しらたき にんにく しょうが 白菜 玉ねぎ しいたけ	ご飯 砂糖 パン粉 じゃがいも	ごま油	635 772	23.8 27.6	20.6 22.8
14	火	キャラットパン ヨーグルト 牛乳	ハート型ポークメンチかつ いかくんサラダ 根菜のスープ	ぶた肉 いかのくんせい ウインナー	牛乳 ヨーグルト	にんじん	大根 キャベツ きゅうり ごぼう 玉ねぎ	ご飯 砂糖 さといも 小麦粉 パン粉	油	645 781	24.7 28.8	26.0 30.5
15	水	ご飯 牛乳	メバルの味噌粕漬け 肉じゃが煮 ご汁	メバル みそ ぶた肉 豆腐 大豆 豆乳	牛乳	にんじん	玉ねぎ しらたき 枝豆 大根 ごぼう ねぎ こんにやく	ご飯 じゃがいも 砂糖	油	624 752	30.0 35.9	18.3 21.2
16	木	上州かみなりご飯 牛乳	つくねの照り焼き(1・2・2) キャベツの辛み和え すいとん	とり肉 さつま揚げ ぶた肉 油揚げ	牛乳	小松菜 にんじん ほうれん草	キャベツ もやし 玉ねぎ 大根 ねぎ しいたけ こんにやく ごぼう	ご飯 砂糖 パン粉 すいとん	ごま油 ごま油 ラー油	658 800	24.1 28.4	17.7 19.8
17	金	こめっこぱん 牛乳	ベーコンエッグ シーザーサラダ コーンチャウダー	ベーコン 卵 いんげん豆	牛乳 チーズ	にんじん パセリ	キャベツ きゅうり コーン 玉ねぎ	パン 砂糖 クルトン じゃがいも	油 ドレッシング	639 801	23.8 29.4	27.6 33.7
20	月	ご飯 牛乳	回鍋肉 春巻き(1.2.2) えのきたけのスープ	ぶた肉 みそ 卵	牛乳 わかめ	にんじん ピーマン	キャベツ 玉ねぎ たけのこ にんにく しょうが ねぎ えのきたけ しめじ ねぎ	ご飯 小麦粉 砂糖 片栗粉	ごま油 油	616 762	21.7 26.0	21.8 24.4
21	火	ナン 牛乳	キーマカレー コーンサラダ ヨーグルトピーチ	とり肉 大豆	牛乳 ヨーグルト	にんじん トマト	にんにく しょうが 玉ねぎ ブルーベリー キャベツ きゅうり コーン 黄桃	ナン じゃがいも	油 バター ドレッシング	643 801	24.9 30.6	27.2 33.6
22	水	ご飯 のりふりかけ 牛乳	きんぴら入り厚焼き玉子 いりどり かぶのみそ汁	卵 厚揚げ とり肉 みそ かつおぶし 油揚げ	牛乳 のり	にんじん かぶの葉	ごぼう れんこん こんにやく 玉ねぎ かぶ えのきたけ もやし	ご飯 さといも 砂糖	油 ごま	645 780	25.6 30.3	21.3 25.2
24	金	メロンパン 牛乳	スパゲッティナポリタン 花野菜サラダ 不知火	ぶた肉 ウインナー いんげん豆	牛乳	にんじん ピーマン ブロッコリー	玉ねぎ マッシュルーム カリフラワー コーン 不知火	スパゲッティ パン	オリーブ油 ドレッシング	676 844	24.6 29.9	23.0 27.9
27	月	ご飯 牛乳	キムたくご飯の具 小籠包(1.2.2) 白菜とわかめのスープ	ぶた肉 とり肉	牛乳 わかめ ひじき	にんじん	にんにく 白菜 キャベツ 玉ねぎ 大根 ねぎ しょうが えのきたけ しいたけ	ご飯 パン粉 砂糖 片栗粉 春雨 小麦粉	ごま ごま油 油	647 753	23.7 27.4	21.8 23.6
28	火	背割りコッペパン 牛乳	にら入り焼きそば いかナゲット(1.2.2) ブロッコリーの中華和え	ぶた肉 いか たら	牛乳 あおのり	にんじん にら ブロッコリー	キャベツ もやし	パン 小麦粉 中華麺 砂糖	油 ごま ごま油	640 790	26.3 32.1	22.8 27.1

※都合により献立および食材料を変更する場合がありますのでご了承ください。

※お米はすべて邑楽町産を使用しています。
※太字は邑楽町産のものを使用予定です。

上段：小学校
下段：中学校



給食費の口座振替のお知らせ

2月の振替日は、2月15日(水)です。よろしくお願いいたします。