

令和4年度 2月中学校給食予定献立表



調理場

三島市立錦田学校給食共同調理場

日	献立名	主に体の組織をつくる食品群	主に体の調子を整える食品群	主にエネルギーになる食品群	エネルギー (kcal) たんぱく質 (g)			
1 (水)	給食なし							
2 (木)	ご飯(麦)・牛乳 大豆とひじきのチーズ焼き ツナサラダ 春雨のスープ 果物	大豆・豚肉 まぐろ油漬 根菜入りつくね	牛乳 チーズ・ひじき 人参・パセリ 人参・パセリ ぼんかん	玉葱・にんにく キャベツ・きゅうり レタス・とうもろこし 白菜・玉葱	精白米・麦 じゃが芋・砂糖 砂糖 春雨	植物油 植物油 植物油 植物油	801kcal 28.9g	
3 (金)	【節分献立】 ご飯(麦)・牛乳 鰯の蒲焼き 切干大根の煮物 磯香団子のすまし 福豆	鰯 油揚げ・さつま揚げ 豆腐・蒲鉾・磯香団子 大豆 えんどう豆	牛乳 昆布 あおさ 青粉	人参・いんげん 人参・葉葱 えのき茸 	精白米・麦 小麦粉・砂糖 砂糖 砂糖・米粉 小麦粉・でん粉	植物油 植物油 植物油 植物油	776kcal 31.9g	
6 (月)	わかめご飯(麦)・牛乳 ポテトの卵焼き ごま和え みそ汁 果物	鶏卵・豚肉 生揚げ・みそ	牛乳・わかめ 牛乳 わかめ	人参 小松菜・人参 人参・葉葱	玉葱 キャベツ 白菜・玉葱 いちご	精白米・麦 じゃが芋・砂糖 砂糖 砂糖	植物油 ごま 植物油	759kcal 30.5g
7 (火)	ご飯(麦)・牛乳 家常豆腐 わかめスープ フルーゼリー	豆腐・豚肉 鶏卵・わかめ	牛乳 人参 人参・葉葱	筍・干し椎茸 根深ねぎ・生姜 玉葱・もやし パイン缶・みかん缶・黄桃缶	精白米・麦 小麦粉 砂糖 小麦粉 ゼリーの素	植物油 植物油 ごま	824kcal 30.2g	
8 (水)	ご飯(麦)・牛乳 魚のキャロット焼き グレインズサラダ 野菜スープ ブルーベリーゼリー	たら ポークハム ちりめんじゃこ ベーコン	牛乳 ヨーグルト 寒天	人参ペースト・パセリ しめじ 人参・パセリ 玉葱・白菜 ブルーベリー	精白米・麦 小麦粉 小麦粉 砂糖 砂糖	マヨネーズ アーモンド・ごま 植物油 植物油	751kcal 31.0g	
9 (木)	ソフト麺・牛乳 つけナポリタン ビーンズサラダ 型抜きレアチーズケーキいちご味	ベーコン 鶏肉 大豆 ポークハム	牛乳 生クリーム 粉チーズ クリームチーズ 脱脂粉乳・乳加工品	人参・ほうれん草 トマトピューレ トマト缶 人参 人参・パセリ	玉葱・にんにく マッシュルーム セロリ きゅうり・キャベツ とうもろこし いちご果汁 レモン果汁	小麦粉 じゃが芋 植物油 植物油 マヨネーズ 植物油	771kcal 31.4g	
10 (金)	ご飯(麦)・牛乳 鯖の煮付け 含め煮 みそ汁 果物	鯖 鶏肉 生揚げ みそ	牛乳 わかめ・あおさ	人参 さやいんげん 葉葱	生姜 筍 大根・玉葱・えのき茸 はるみみかん 	精白米・麦 砂糖 じゃが芋・こんにやく 砂糖	786kcal 33.4g	
13 (月)	ご飯(麦)・牛乳 チンジャオロース 中華コーンスープ 果物	豚肉 豆腐 鶏卵	牛乳 ビーマン 人参 葉葱	筍 にんにく・生姜 とうもろこし・干し椎茸 クリームコーン いちご	精白米・麦 じゃが芋 砂糖 小麦粉	植物油 植物油	781kcal 32.2g	
14 (火)	ご飯(麦)・牛乳 ハヤシライス グリーンサラダ お米deガトーショコラ♥	豚肉  チーズ 豆乳	牛乳 脱脂粉乳 粉チーズ チーズ	人参 トマト缶 トマトソース 玉葱・枝豆 生姜・にんにく キャベツ・きゅうり・レタス	精白米・麦 じゃが芋 小麦粉 砂糖 米粉・砂糖 植物油 植物油・ココア	バター 植物油 植物油 植物油・ココア	879kcal 24.9g	
15 (水)	チョコカールパン バターロール 牛乳 スパゲッティ クリームスープ ヨーグルト	鶏卵 鶏肉 ホタテ	脱脂粉乳 脱脂粉乳 牛乳 粉チーズ・牛乳 脱脂粉乳 ヨーグルト	ビーマン・人参 トマトピューレ 人参 パセリ	玉葱・にんにく 玉葱	小麦粉・砂糖・チョコシート 小麦粉・砂糖 小麦粉 小麦粉 じゃが芋 小麦粉	植物油 ショートニング 植物油 植物油 バター 植物油	722kcal 24.9g

日	献立名	主に体の組織をつくる食品群	主に体の調子を整える食品群	主にエネルギーになる食品群	エネルギー (kcal) たんぱく質 (g)			
16 (木)	ご飯(麦)・牛乳		牛乳		精白米・麦	832kcal 35.8g		
	魚の塩麴焼き	さけ			ごま			
	じゃが芋のそぼろ煮	豚肉		人参 玉葱・しめじ グリーンピース・生姜	じゃが芋 砂糖・でん粉		植物油	
	みそ汁	生揚げ・みそ	わかめ	葉葱	玉葱		里芋	
	果物				ぼんかん			
17 (金) ふるさと給食	ご飯(麦)・牛乳		牛乳		精白米・麦	751kcal 24.9g		
	県内産海老芋コロッケ	鶏肉			玉葱		海老芋・マッシュポテト 砂糖・パン粉	植物油
	蒸しキャベツ(ソース)				キャベツ		小麦粉・でん粉	
	切り昆布のピリ辛煮	竹輪	糸昆布	人参	にんにく・生姜・干し椎茸		砂糖	ごま・ごま油
	豚汁	豚肉・豆腐・みそ		人参・葉葱	大根・ごぼう		里芋・こんにゃく	
20 (月)	ご飯(麦)・牛乳		牛乳		精白米・麦	837kcal 33.9g		
	ドライカレー	豚肉・鶏肉	粉チーズ	人参	玉葱		植物油	
	白菜スープ	大豆	脱脂粉乳	ピーマン				
	ミルクプリン		牛乳・脱脂粉乳 生クリーム	人参・パセリ	玉葱・白菜		春雨	
	果物						砂糖 ミルクプリンの素	
21 (火)	ご飯(麦)・牛乳		牛乳		精白米・麦	773kcal 32.3g		
	ポーク包子	豚肉			キャベツ・玉葱・筍 椎茸		砂糖・小麦粉・でん粉 パン粉	ごま油
	豆腐のチリソース	豆腐・豚肉 えび		人参	筍・干し椎茸・生姜 にんにく・枝豆		砂糖 でん粉	植物油
	おこげスープ	ベーコン・蒲鉾		人参・チンゲン菜	キャベツ		おこげ・でん粉	
	果物				いちご			
22 (水)	【ふじっぴー給食】	学校給食における地産産物の使用率を高めるとともに、児童生徒の静岡県への愛着を育むために静岡県内の小中学校と特別支援学校において、「ふじっぴー給食」を実施します。						
	ご飯(麦)・牛乳		牛乳		精白米・麦	799kcal 36.8g		
	県産かつおのフライ	県産かつお			砂糖・小麦粉・パン粉		植物油	
	県産レタスサラダ	鯖油漬け			きゅうり・キャベツ とうもろこし・レタス		砂糖 植物油	
	すまし汁	豆腐・富士山なると 青のりボール		葉葱・人参	白菜・えのき茸			
県内産納豆	大豆							
24 (金)	ご飯(麦)・牛乳		牛乳		精白米・麦	845kcal 33.8g		
	酢豚	豚肉		人参 ピーマン	玉葱・筍・干し椎茸 生姜		じゃが芋 でん粉・砂糖	植物油
	中華サラダ	ポークハム			キャベツ・きゅうり・とうもろこし		砂糖	ごま油
	エビ団子スープ	鶏肉・エビ・鱈・ホキ エキエビス・ホタテエキス	わかめ	人参	白菜・玉葱		砂糖・でん粉	ごま油
	果物				はるみかん			
27 (月)	ご飯(麦)・牛乳		牛乳		精白米・麦	788kcal 30.2g		
	ししゃもの南蛮漬け		カラフトししゃも		根深ねぎ		砂糖	植物油
	生揚げの五目煮	生揚げ・豚肉		さやいんげん	筍・干し椎茸		砂糖	植物油
	みそ汁	みそ		人参	生姜		でん粉	
	果物	油揚げ・みそ	わかめ	葉葱			里芋	
28 (火)	ご飯(麦)・牛乳		牛乳		精白米・麦	819kcal 30.0g		
	肉味噌おでん	竹輪・鶏肉 さつま揚げ・みそ	昆布	人参	大根		こんにゃく・里芋 砂糖	
	お好み豆(きな粉)	白いんげん豆 きな粉					でん粉 砂糖	植物油
	県産厚焼き玉子	鶏卵					砂糖・でん粉	植物油
	のりふりかけ		のり				砂糖	ごま

【 錦田中学校 】
1日(水)・2(木)は給食がありません。
今月の給食回数は、17回の予定です。

【 山田中学校 】
1日(水)は給食がありません。
2日(木)は1年生・2年生給食あります。
今月の給食回数は、18回の予定です。



【今月の学校給食で使用している野菜】

- ・しめじ・・・川原ヶ谷地区の長谷川さん
- ・小松菜・・・山田地区の林さん
- ・里芋・・・塚原新田地区の杉本さん
- ・大根・・・小沢地区の山田さん
- ・人参・キャベツ・・・塚原新田地区のの河崎さん
- ・白菜・・・三ツ谷地区の高橋さん

