

[ 令和4年度 2月分中学校給食予定献立表 ]

桶川市教育委員会 (桶川市立桶川西中学校)

日	献立名	牛乳	材料名			1人分 (kcal) たんぱく質 (g)
			主にエネルギーのもとになる食品 (黄色)	主に体をつくるもとになる食品 (赤)	主に体の調子を整えるもとになる食品 (緑)	
1 水	親子豆ご飯		精米 大麦 砂糖 なたね油	油揚げ 大豆	にんじん ぶなしめじ 枝豆	772 kcal
	さばのカレームニエル	○	小麦粉	さば		32.5 g
	ごま酢和え		ごま 砂糖		ほうれん草 りょくとうもやし にんじん	
2 木	サンラータンメン (中華麺)		なたね油 ごま油 でんぷん	ぶた肉 豆腐 たまご	にんにく にんじん たけのこ 小松菜 干しいたけ	801 kcal
	もやしの炒めもの	○	なたね油	とり肉	にんじん りょくとうもやし たら	31.6 g
	きな粉カップケーキ		米粉 砂糖 なたね油	きな粉 豆乳		
3 金	ご飯		精米 大麦			783 kcal
	鶏肉の塩こうじ焼き			とり肉		40.8 g
	くきわかめサラダ	○	ごま なたね油 砂糖	くきわかめ 白みそ	キャベツ きゅうり にんじん	
	つみれ汁			つみれ 豆腐 白みそ	にんじん 大根 ねぎ	
6 月	福豆			大豆		
	小松菜豚みそ丼 (ご飯)	○	砂糖 でんぷん ごま	ぶた肉 赤みそ	しょうが にんにく 小松菜 にんじん りょくとうもやし 干しいたけ	807 kcal
	肉団子のスープ		精米 大麦			31.2 g
7 火	フラワーロール		フラワーロール			784 kcal
	マカロニのひりひりあえ	○	マカロニ 小麦粉 なたね油 バター	とり肉 えび 牛乳 スキムミルク	にんにく たまねぎ にんじん	32.3 g
	ビーンズサラダ		なたね油 砂糖	大豆	キャベツ にんじん コーン	
8 水	元気ご飯		精米 大麦 五穀米			762 kcal
	たまごやき	○		たまごやき		27.4 g
	切干しだいこんサラダ		ごま なたね油 砂糖		切干しだいこん ほうれん草 りょくとうもやし にんじん	
9 木	高麗鍋風汁		さといも ごま油	ぶた肉 赤みそ	しょうが にんにく たら ねぎ 大根 干しいたけ ほうきい(キムチ漬け)	
	五目うどん (地粉うどん)	○	砂糖	油揚げ ぶた肉 わかめ	にんじん ねぎ 干しいたけ	838 kcal
	れんこんのはさみ揚げ		地粉うどん			34.5 g
10 金	切干しだいこんのスタミナ炒め		なたね油 砂糖	ぶた肉	切干しだいこん りょくとうもやし にんじん ねぎ たら	
	発芽玄米ご飯		精米 大麦 発芽玄米			823 kcal
	ザンギ	○	ごま油 でんぷん なたね油	とり肉	しょうが にんにく	38.0 g
13 月	どさんこ汁		じゃがいも なたね油	ぶた肉 豆腐 わかめ 赤みそ	にんじん コーン ねぎ にんにく	
	果物				いちご	
	マーボー丼 (ご飯)	○	砂糖 でんぷん ごま油 なたね油	ぶた肉 豆腐 赤みそ	にんじん たまねぎ しょうが にんにく 干しいたけ たけのこ ねぎ	829 kcal
14 火	蓮花湯		精米 大麦			32.8 g
	黒パン		春雨 でんぷん	たまご	にんじん たまねぎ コーン キャベツ たら	
	魚のピザソース焼き					799 kcal
	海藻サラダ	○	ごま なたね油 砂糖	ホキ チーズ	たまねぎ パセリ	33.2 g
	ジュリエンスープ		なたね油	海藻ミックス	りょくとうもやし きゅうり	
15 水	デザート		ゼリー		大根 にんじん たまねぎ キャベツ	
	ご飯		精米 大麦			760 kcal
	厚揚げと豚肉の味噌炒め	○	なたね油 砂糖	ぶた肉 厚揚げ 赤みそ	しょうが キャベツ にんじん たまねぎ 干しいたけ さやいんげん	29.8 g
16 木	すまし汁		ふ	わかめ	にんじん 大根 ねぎ	
	キムチチャーハン		精米 大麦 なたね油	ぶた肉 たまご	にんじん たら ねぎ ほうきい(キムチ漬け)	795 kcal
	揚げぎょうざ	○	なたね油	ぎょうざ		25.8 g
17 金	華風炒め		なたね油 ビーフン ごま油		にんじん たけのこ りょくとうもやし キャベツ	
	ご飯		精米 大麦			799 kcal
	カレーの竜田揚げ	○	なたね油	ソフトカレー竜田		32.8 g
	小松菜のひじき炒め		なたね油	ベーコン 干ひじき	小松菜 にんじん りょくとうもやし	
20 月	醬汁		なたね油 こんにゃく	豆腐 赤みそ 白みそ	大根 にんじん ごぼう ねぎ 干しいたけ	
	カレーライス (豆乳)	○	砂糖 じゃがいも なたね油 米粉	ぶた肉 豆乳	たまねぎ しょうが にんにく にんじん トマトピューレ	854 kcal
	フルーツポンチ (ご飯)		精米 大麦			24.0 g
21 火	フルーツポンチ		ゼリー		バナナ(缶) りんご(缶) みかん(缶)	
	コッペパン		コッペパン			872 kcal
	富士宮やきそば	○	中華麺 なたね油	ぶた肉 いわしパウダー	キャベツ たまねぎ にんじん	31.2 g
22 水	ツナサラダ		マヨネーズ (卵不使用) なたね油	まぐろフレーク	コーン たまねぎ きゅうり にんじん	
	ゆかりご飯		精米 大麦 ごま	ちりめんじゃこ		805 kcal
	いわしのカリカリフライ	○	なたね油	いわしカリカリフライ		34.1 g
24 金	筑前煮		こんにゃく 砂糖 なたね油	とり肉 さつま揚げ	干しいたけ ごぼう にんじん たけのこ	
	みそ汁			わかめ 油揚げ 白みそ 赤みそ	大根 ねぎ	
	ご飯		精米 大麦			886 kcal
27 月	鶏肉カシューナッツ炒め	○	でんぷん じゃがいも なたね油 カシューナッツ 砂糖	とり肉	しょうが 青ピーマン 赤ピーマン	39.4 g
	ピリ辛みそ汁			豆腐 油揚げ 白みそ 赤みそ	にんじん コーン 小松菜	
	コーンピラフ		精米 大麦 バター なたね油		にんじん たまねぎ コーン	786 kcal
28 火	チキンのバジル焼き	○		とり肉	にんにく バジルペースト	31.5 g
	フレンチサラダ		砂糖 なたね油		キャベツ きゅうり にんじん	
	ヨーグルト			ヨーグルト		
28 火	子どもパン		子どもパン			798 kcal
	手作りコロッケ	○	ポテトペース なたね油 小麦粉 パン粉	ぶた肉 おから スキムミルク	たまねぎ	27.6 g
	ゆで野菜				キャベツ にんじん	
春雨スープ		春雨	とり肉 くきわかめ	たまねぎ にんじん たら		
* 食中毒防止のため生野菜は控えてあります。 * 都合により献立および食材を変更することがあります。			給食回数 19回		2月分平均摂取栄養素 学校給食食事摂取基準	808kcal 32.1g 830kcal 35.3g

保護者各位

物価高騰等の影響を受け、学校給食に使用している食材料につきましても価格が上昇しています。このような状況下において、保護者等への負担を増やすことなく、栄養バランス及び量を保った学校給食を継続するため、令和4年12月分から令和5年3月分まで、1食あたり小学校10円、中学校12円の食材料費の支援を実施しております。これからも、献立や調理などの工夫をしながら、安心、安全でおいしい給食の提供を心掛けてまいりますので、ご理解のほどよろしくお願いいたします。