



平成29年
2月

学校給食共同献立表

川口市教育委員会

自校調理中学校

※ 献立表は、主に使用している食品であり、全ての食品についての記載はありませんのでご了承ください。

| 日 | 曜 | 著持参の日 (1・2年生) | 献立名 | | | 主な食品 | | | 栄養価 | |
|---|---|------------------|-------------|-----|---|--|-------------------------------|--|-----------------|-------------|
| | | | 主食 | 飲み物 | おかず | おもにエネルギーの もとになる食品 | おもに体をつくる もとになる食品 | おもに体の調子を 整えるもとになる食品 | エネルギー (kcal) | たん白質 (g) |
| 青木中生徒が考えた献立 | | | | | | | | | | |
| 1 | 水 | ○ | ごはん | 牛乳 | 豚汁 あじのみそだれかけ わかめとコーンのサラダ 米粉のスイートポテト | 米 米粉 さつまいも さとう なたね油 でんぶん ドレッシング | 牛乳 ぶた肉 わかめとうふ みそ あじ | キャベツにんじん ほうれんそうとうもろこし ながねぎだいこんしょうが | 815 | 32.2 |
| 2 | 木 | ○ | 地粉うどん | 牛乳 | ねぎまうどん さつまいもの天ぷら 煮びたし デコボン | うどん さつまいも 小麦粉 なたね油 | 牛乳 とり肉 油揚げ なたね | ながねぎにんじん ほうれんそうしょうが デコボン | 774 | 25.6 |
| 今月のまごわやさしい献立 | | | | | | | | | | |
| 3 | 金 | ○ | ごはん | 牛乳 | 大豆そぼろごはん わかめのみそ汁 いわしのみぞれ煮 | 米 じゃがいも さとう ごま なたね油 でんぶん | 牛乳 いわし ぶた肉 わかめ 大豆 みそ | だいこん たまねぎ にんじん ながねぎ しいたけ しょうが | 749 | 31.4 |
| だいず(ま)、ごま(こ)、わかめ(わ)、にんじん・しょうが、たまねぎ・長ねぎ(や)、いわし(さ)、しいたけ(し)、じゃがいも(い)が入っています。 | | | | | | | | | | |
| 6 | 月 | | コッペパン | 牛乳 | 冬野菜のシチュー ハンバーグきのこソース オレンジ | パン なたね油 じゃがいも 小麦粉 ラード | 牛乳 とり肉 脱脂粉乳 | たまねぎ オレンジ ブロッコリー にんにく にんじん はくさい かぶ えのきたけ しめじ | 790 | 33.6 |
| 7 | 火 | | ごはん | 牛乳 | 中華丼 パオズ ミニトマト | 米 なたね油 さとう でんぶん 小麦粉 | 牛乳 ぶた肉 うずら卵 | ミニトマト たまねぎ はくさい にんじん たけのこ しいたけ チンゲンサイ にんにく キャベツ | 845 | 33.0 |
| 8 | 水 | ○ | ごはん | 牛乳 | こしね汁 わかさぎの天ぷら さんびらごぼう | 米 小麦粉 なたね油 ごま さとう 大豆油 | 牛乳 わかさぎ さつまいも 油揚げ みそ | ごぼう にんじん しいたけ ながねぎ だいこん | 744 | 23.2 |
| 9 | 木 | ○ | 蒸し中華めん | 牛乳 | たんたんめん ぎょうざ いちご | 中華めん 小麦粉 なたね油 ごま さとう ラー油 ラード ごま油 | 牛乳 ぶた肉 みそ とり肉 | キャベツ いちご チンゲンサイ えのきたけ ながねぎ にんじん にんにく しょうが | 823 | 30.1 |
| 10 | 金 | ○ | 酢めし | 牛乳 | 手巻き寿司 のっぺい汁 いかスティック | 米 でんぶん さといも さとう なたね油 マヨネーズ | 牛乳 いか のり ツナ ぶた肉 | だいこん にんじん たまねぎ ごぼう ながねぎ | 763 | 31.8 |
| 13 | 月 | | 子供パン | 牛乳 | 白菜と肉団子のスープ マカロニのハヤシ煮 米粉のガトーショコラ | パン 米粉 マカロニ さとう なたね油 はるさめ ラード 小麦粉 でんぶん | 牛乳 豆乳 ぶた肉 とり肉 | たまねぎ はくさい ほうれんそう にんじん しょうが | 786 | 32.3 |
| 14 | 火 | ○ | ごはん ふりかけ | 牛乳 | むらくも汁 さんまの煮付け 型抜きチーズ | 米 さとう でんぶん ごま油 ごま | 牛乳 とうふ さんま チーズ とり肉 たまご いわし | にんじん たまねぎ ほうれんそう オレンジ | 819 | 32.4 |
| 岸川中生徒が考えた献立 | | | | | | | | | | |
| 15 | 水 | ○ | わかめごはん | 牛乳 | けんちん汁 鶏肉の照り焼き だいこんサラダ 雪見大福 (代替食:いちごアイス) | 米 ドレッシング さといも なたね油 米粉 (さとう) | 牛乳 とり肉 わかめ とうふ 乳製品 | ごぼう だいこん にんじん しょうが とうもろこし ながねぎ (いちご) | 766 | 26.1 |
| 16 | 木 | ○ | 地粉うどん | 牛乳 | 豚キムチうどん 春巻 ミニトマト | うどん 小麦粉 なたね油 さとう 植物油 | 牛乳 ぶた肉 油揚げ | ミニトマト キャベツ たら ながねぎ にんじん ほうれんそう キムチ | 775 | 29.0 |
| 17 | 金 | ○ | ごはん | 牛乳 | ごまみそ汁 さばの塩焼き 厚揚げのピリ辛煮 | 米 じゃがいも ごま油 ごま | 牛乳 さば ぶた肉 みそ 大豆 厚揚げ | にんじん だいこん ごま つな ながねぎ | 838 | 30.8 |
| 20 | 月 | | パン | 牛乳 | オニオンスープ ごまかぼちゃフライ キャベツソテー | パン 小麦粉 ごま なたね油 | 牛乳 ベーコン | かぼちゃ キャベツ にんじん たまねぎ パセリ パインアップル | 760 | 21.4 |
| 21 | 火 | ○ | ごはん | 牛乳 | じゃがいも団子汁 かわいいの甘酢あんかけ もも | 米 でんぶん なたね油 さとう じゃがいも | 牛乳 かわいい とり肉 | にんじん だいこん ながねぎ ごま つな もも | 755 | 26.5 |
| 22 | 水 | ○ | ごはん | 牛乳 | 豚肉とごぼうの変わりごはん わんたんスープ 厚焼たまご | 米 でんぶん さとう なたね油 わんたん | 牛乳 ぶた肉 たまご | チンゲンサイ ごぼう ながねぎ にんじん えのきたけ | 764 | 29.1 |
| 23 | 木 | ○ | ゆでスパゲティ | 牛乳 | スパゲティミートソース ハムカレーロール ブロッコリー | スパゲティ パン粉 マヨネーズ なたね油 でんぶん じゃがいも オリーブ油 | 牛乳 ぶた肉 ソーセージ | ブロッコリー しょうが にんにく たまねぎ にんじん エリンギ トマト | 815 | 28.3 |
| 24 | 金 | | ごはん | 牛乳 | 四川豆腐 しゅうまい はるさめサラダ | 米 はるさめ ドレッシング さとう ごま油 でんぶん なたね油 | 牛乳 とうふ ぶた肉 とり肉 | キャベツ たまねぎ にんじん とうもろこし たけのこ しいたけ しょうが にんにく | 826 | 31.3 |
| 27 | 月 | | チーズパン | 牛乳 | 野菜スープ 鶏肉の紅茶煮 フライドポテト | パン じゃがいも なたね油 バーム油 さとう でんぶん | 牛乳 とり肉 ベーコン チーズ | キャベツ にんじん たまねぎ ほうれんそう | 789 | 35.5 |
| 28 | 火 | | 麦ごはん | 牛乳 | カレーライス メンチカツ オレンジ | 米 麦 パン粉 なたね油 じゃがいも 小麦粉 ラード | 牛乳 ぶた肉 豆乳 | たまねぎ オレンジ にんじん しょうが にんにく | 871 | 27.7 |

★ 1・2年生は、著持参の日にはきれいに洗って忘れずに持参するようお願いします。

- 都合により食材料を変更することがありますのでご了承ください。
- 食物アレルギー・献立表に記載されていない微量の食品については、学校にご相談ください。
また、使用する個々の食品・使用量に関する「学校給食献立日誌」及びアレルギー物質を含む食品に関する「給食用食品一覧表」を各学校あて送付及びホームページにて公開していますので併せてご確認ください。
- 生徒が考えた献立は、学校給食メニューコンクールにおいて優れた献立から選定しています。
- ◎印がついている献立について、食物アレルギーをお持ちの児童生徒のうち代替食を希望する方には、アレルギー物質27品目を含まない食品に献立内容を変更いたします。それぞれの主な食品は下線、代替食品は括弧書きで表記します。

| 次回給食費口座引落日のご案内 | | |
|----------------|----------|-----------------------|
| 対象給食月 | 口座振替日 | |
| 2月分 | 1月31日(火) | 1月30日(月) までに入金をお願いします |
| 3月分 | 2月28日(火) | 2月27日(月) までに入金をお願いします |

上記日程となりますので、所定の日にはまでに学校給食費自動引落口座へ必ずご入金をお願いします。