



平成20年度2月中学校給食予定献立表



三島市立錦田学校給食共同調理場

日	献立名	赤の仲間 血や肉になる		黄の仲間 熱や力のもとになる		緑の仲間 体の調子を整える		エネルギー (kcal) たんぱく質(g)
2 (月)	ご飯(麦)・牛乳 豚肉のナカケ・蒸しブロッコリー(マズ)・ 白菜スープ・果物	豚肉 鶏肉	牛乳	精白米・麦 はるさめ	食物油 マヨネーズ	にんじん パセリ ブロッコリー	玉葱 白菜 果物	709kcal 28.4g
3 (火)	《節分献立》ご飯(麦)・牛乳 いわしの蒲焼き・おひたし かきたまみそ汁・福豆ナッツ	いわし・大豆 鶏卵・みそ かつお削り節	牛乳	精白米・麦 小麦粉 でん粉	食物油・ごま アーモンド・ラカセイ かきナッツ	ほうれん草	玉葱 キャベツ えのき茸	800kcal 33.8g
4 (水)	ソフトめん・カレーソース・牛乳 カラフル卵焼き(マズ)・三色和え 果物	豚肉・鶏卵 ポークフィッシュ ベーコン	牛乳 脱脂粉乳 チーズ	ソフトめん じゃがいも カレールー	食物油・ごま バター・マーガリン マヨネーズ	にんじん パセリ	玉葱・グリーンピース きゅうり・キャベツ ホールコーン・果物	926kcal 35.2g
5 (木)	ご飯(麦)・牛乳 がんもどきの煮付け・五目豆 みそ汁・豆乳入りココアプリン	鶏肉・みそ・豆乳 がんもどき・大豆 油揚げ・焼き竹輪	牛乳 脱脂粉乳 昆布・わかめ	精白米・麦 じゃがいも こんにゃく	加工肉の素	小松菜 にんじん	グリーンピース ごぼう	760kcal 30.7g
6 (金)	ピピンバ・牛乳 (豚肉とゼンマイ煮物・炒り卵・ごま和え) わかめスープ・果物	豚肉・鶏卵 ベーコン みそ	牛乳 わかめ	精白米・麦	食物油 ごま油 ごま	小松菜 葉ねぎ	キャベツ・ぜんまい 玉葱・たけのこ 果物	844kcal 33.4g
9 (月)	アーモンドトースト(バター・卵・マズ)・牛乳 鶏肉の甘酢あんかけ・粉ふき芋 マカロニスープ	鶏肉 ベーコン 白いんげん豆	牛乳 青のり	パン・じゃがいも 小麦粉・でん粉 マカロニ	食物油 マーガリン アーモンド	小松菜 にんじん さやいんげん	玉葱・たけのこ 干し椎茸・セロリー	880kcal 31.6g
10 (火)	豚キムチ丼(ご飯)・牛乳 卵スープ 抹茶蒸しパン(甘納豆)	豚肉 鶏卵 かじ肉	牛乳 わかめ	精白米・麦 おろしキャベツ でん粉・甘納豆	ごま油 バター マーガリン	小松菜・人参 ピーマン 葉ねぎ	玉葱 白菜(甘漬ナ) 根菜ねぎ	856kcal 33.7g
12 (木)	ご飯(麦)・牛乳・のりふりかけ ししゃもフライ・サと野菜のごま和え 豚汁・型抜きデザート(いちご味)	豚肉 まぐろ油漬ナ 豆腐・みそ	牛乳・のり ししゃも チーズ	精白米・麦・里芋 パン粉・小麦粉 こんにゃく	食物油 ごま	小松菜 にんじん 葉ねぎ	白菜 大根 ごぼう	779kcal 28.0g
13 (金)	ご飯(麦)・牛乳 チンジャオロース・ワンタンスープ 加工小魚・果物	豚肉 なると巻き	牛乳 わかめ かたくちいわし	精白米・麦 じゃがいも わんたんの皮	食物油 ごま油 ごま	ピーマン チンゲンツアイ	キャベツ・玉葱 グリーンピース たけのこ・果物	764kcal 31.9g
16 (月)	ナン・牛乳 ドライカレー・フレンチサラダ りんごゼリー・コーヒー牛乳の素	豚肉・鶏肉 大豆 ポークハム	牛乳・粉寒天 脱脂粉乳 チーズ	ナン	食物油	キャベツ・ゆず にんじん ピーマン	玉葱・本揚げ・ホリソ きゅうり・干しぶどう りんご缶・りんご果汁	734kcal 32.7g
17 (火)	わかめご飯(麦)・牛乳 鯖の煮付け・含め煮 すまし汁・果物	さば・鶏肉 なると巻き 生揚げ	牛乳 わかめ	精白米・麦 じゃがいも・焼き芋 こんにゃく	食物油	小松菜 にんじん さやいんげん	たけのこ えのき茸 果物	734kcal 32.6g
18 (水)	ジャージャーめん・牛乳 オムレツ・大根サラダ 果物	豚肉・みそ 鶏卵 ポークハム	牛乳	中華めん でん粉	食物油 ごま油 ごま	にんじん 葉ねぎ	玉葱・たけのこ 干し椎茸・きゅうり 大根・ホリソ・果物	840kcal 36.0g
19 (木)	ご飯(麦)・牛乳 甘藷コロッケ・蒸しキャベツ(マズ) みそ汁・小女子佃煮	大豆・豚肉 生揚げ・みそ 鶏卵	牛乳 わかめ 小女子佃煮	精白米・麦 さつまいも・パン粉 マヨネーズ・小麦粉	食物油・ごま バター マーガリン	小松菜	玉葱 キャベツ	827kcal 33.0g
20 (金)	中華丼・牛乳 じゃがいもの中華サラダ マンゴープリン・アーモンドフィッシュ	豚肉・ポークハム ゆず・たまご・かまぼこ うすらの卵	牛乳 粉寒天 かたくちいわし	精白米・麦 じゃがいも でん粉	食物油 ごま油 アーモンド	人参・キャベツ チンゲンツアイ マヨネーズ	たけのこ・干し椎茸 ゆず・ゆず・ゆず・ゆず 玉葱・マヨネーズ	817kcal 32.3g
23 (月)	セルフドック(フランクフルト)・牛乳 さつまいもと大豆のサラダ クリームスープ・果物	フランクフルト 大豆・鶏肉 ポークハム	牛乳 脱脂粉乳 チーズ	パン・小麦粉 さつまいも じゃがいも	食物油・ごま バター・マーガリン マヨネーズ	にんじん	玉葱・きゅうり グリーンピース 果物	832kcal 32.2g
24 (火)	ご飯(麦)・牛乳 鮭のチャンチャン焼き・金時の煮豆 みそ汁・果物	さけ・みそ 金時豆 豆腐	牛乳 わかめ	精白米・麦	食物油	小松菜 ピーマン	キャベツ 玉葱・本しめじ 果物	734kcal 32.7g
25 (水)	チャンポンめん・牛乳 ポークしゅうまい・からし和え 果物・乳酸菌飲料	豚肉・かまぼこ ほたて貝柱 えび・いか	牛乳 乳酸菌飲料	中華めん でん粉 小麦粉	食物油	ほうれん草 にんじん チンゲンツアイ	キャベツ・しなちく 玉葱・白菜・もやし 干し椎茸・果物	781kcal 37.6g
26 (木)	ご飯(麦)・牛乳 ごぼう入りハッシュドビーフ・豆腐サラダ ソフトクリームヨーグルト	牛肉 ポークハム 冷凍豆腐	牛乳・チーズ 脱脂粉乳 ソフトクリームヨーグルト	精白米・麦 小麦粉	食物油 バター マーガリン		ごぼう・玉葱・大根 キャベツ・きゅうり グリーンピース	858kcal 28.0g
27 (金)	ご飯(麦)・牛乳 まぐろのかりとがらめ・みそ汁 ひじきの炒め煮・果物	まぐろ・大豆 みそ・油揚げ さつま揚げ	牛乳 ひじき わかめ	精白米・麦 でん粉 里芋	食物油 らっかせい	小松菜 さやいんげん	果物	774kcal 35.2g

【お知らせ】



錦田中学校
9日(月)・10日(火)は、3年生の給食がありません。

山田中学校
9日(月)・10日(火)は、3年生の給食がありません。
19日(木)は、給食がありません。

学校給食で使用している小松菜・里芋は、三島市の山田地区の杉本正博さんの畑で栽培されたものです。
キャベツは、三島市の山田地区の小沼義彦さんの畑で栽培されたものです。
ほうれん草は、三島市の山田地区の林正俊さんの畑で栽培されたものです。
トマトソースは、三島ときめき連絡協議会トマトグループの皆さんの畑で栽培されたトマトを使用しています。

