





# 平成30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	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 (金)	【節分献立の日】							
	さくらご飯(麦)・牛乳 いわしの蒲焼き	いわし	牛乳			精白米・麦 小麦粉・でん粉 砂糖	食物油・ごま	866kcal 32.1g
	青菜としめじの煮浸し みそ汁	油揚げ・みそ	わかめ	小松菜・人参	キャベツ・しめじ			
	福豆	大豆			白菜	さつまいも 砂糖・小麦粉		
4 (月)	【受験応援メニュー】							
	カツ丼(麦)・牛乳 みそ汁	鶏卵・豚肉 みそ	牛乳 わかめ	人参 小松菜 根菜類	玉葱・グリーンピース 大根・しめじ	精白米・麦・砂糖 小麦粉・パン粉	食物油	830kcal 32.0g
	果物				果物			
7 (木)	ナン・牛乳 ドライカレー フレンチサラダ	豚肉・大豆 ポークハム チーズ	牛乳 チーズ・脱脂粉乳	人参 人参	玉葱・グリーンピース キャベツ・きゅうり ホールコーン缶	ナン 砂糖	食物油 食物油	938kcal 40.7g
	果物				果物			
	ご飯(麦)・牛乳 家常豆腐 中華コーンスープ ギョーザ	焼き豆腐・豚肉 鶏卵	牛乳	人参 根菜類	玉葱・干し椎茸・筍缶 ホールコーン・玉葱 クリームコーン缶 キャベツ	精白米・麦 でん粉・砂糖	食物油	850kcal 33.4g
12 (火)	ご飯(麦)・牛乳 さばのカレーチーズ焼き グリーンサラダ	さば	牛乳 チーズ	人参	キャベツ きゅうり・ホールコーン	精白米・麦 砂糖	食物油	806kcal 35.8g
	クリームスープ のりふりかけ	鶏肉	牛乳・チーズ 脱脂粉乳	人参・パセリ	玉葱	じゃがいも・マカロニ 小麦粉	食物油 バター ごま	
	ソフトめん・牛乳 ミートソース	牛肉・豚肉	牛乳 脱脂粉乳 チーズ	人参・人参 トマト缶・パセリ	玉葱	ソフトめん 小麦粉・砂糖	バター 食物油	904cal 34.3g
	ジャーマンポテト ミルクプリン	ポークウィンナー	チーズ 牛乳・脱脂粉乳 生クリーム		玉葱 グリーンピース	じゃがいも ミルクプリンの素	食物油	
14 (木)	【バレンタインメニュー】							
	豚キムチ丼(麦)・牛乳 ワンタンスープ ミニパフェチョコレート	豚肉 鶏肉 鶏卵	牛乳 わかめ 牛乳	人参 根菜類 小松菜・人参	白菜キムチ・玉葱 もやし キャベツ	精白米・麦 小麦粉・砂糖	食物油 ごま油 チョコペースト	796kcal 28.9g
	わかめご飯(麦)・牛乳 鶏肉とさつまいもの揚げ煮	鶏肉	牛乳	人参	筍缶・グリーンピース	精白米・麦 さつまいも・でん粉 砂糖	食物油	808kcal 27.0g
15 (金)	昆布のピリ辛煮 みそ汁	竹輪 油揚げ・みそ	昆布	人参 小松菜	干し椎茸 大根・しめじ・白菜		ごま・ごま油	
	【ふるさと給食の日】							
18 (月)	ご飯(麦)・牛乳 味噌おでん	さつまいも・竹輪	牛乳 昆布	人参	大根	精白米・麦 里いも		900kcal 31.0g
	卵のしょうゆ煮 ピーズサラダ	鶏卵 大豆				こんじゃく・砂糖 砂糖		
	お茶たまごふりかけ みかんゼリー	鶏卵		人参 せん茶	キャベツ・きゅうり ホールコーン缶 みかん缶		マヨネーズ ごま	
	お茶たまごふりかけ みかんゼリー	鶏卵		せん茶	みかん缶		ゼリーの素	
	お茶たまごふりかけ みかんゼリー	鶏卵		せん茶	みかん缶		ゼリーの素	



日	献立名	主に体の組織をつくる		主に体の調子を整える		主にエネルギーになる		エネルギー (kcal) たんぱく質 (g)
		食品	群	食品	群	食品	群	
19 (火)	ご飯(麦)・牛乳		牛乳			精白米・麦		844kcal 33.8g
	魚のからしマヨネーズ焼き	さけ			キャベツ・りんご きゅうり・みかん缶	パン粉	マヨネーズ 食物油	
	りんごサラダ					砂糖	食物油	
	シチュー	鶏肉	牛乳・脱脂粉乳 チーズ	小松菜 人参	玉葱・しめじ	さつまいも 小麦粉	食物油 バター	
20 (水)	親子丼(麦)・牛乳	鶏肉・鶏卵	牛乳	人参	玉葱・筍缶 グリーンピース・干し椎茸	精白米・麦		796kcal 35.4g
	具たくさん汁	かまぼこ				砂糖		
	ヨーグルト	豚肉	ヨーグルト	小松菜	大根・しめじ	じゃがいも・でん粉		
21 (木)	ご飯(麦)・牛乳		牛乳			精白米・麦		834kcal 30.1g
	チキンとポークハンバーグ	鶏肉・豚肉			玉葱	砂糖	食物油	
	マセドニアンサラダ	ポークハム		人参	きゅうり	じゃがいも・砂糖	食物油	
	コーンスープ	ベーコン	牛乳・チーズ 脱脂粉乳	人参	玉葱・クリームコーン ホールコーン	小麦粉	バター 食物油	
	ミニトマト			ミニトマト				
22 (金)	【富士山の日メニュー】							816kcal 23.0g
	ご飯(麦)・牛乳		牛乳			精白米・麦		
	富士山コロッケ	豚肉・鶏肉			玉葱	じゃがいも・パン粉	食物油	
	蒸しキャベツ(ソース)				キャベツ	小麦粉	食物油	
	大根のそぼろ煮	豚肉		人参	大根・グリーンピース 干し椎茸	砂糖	ごま	
	みそ汁	豆腐・油揚げ・みそ	わかめ	根深葱	白菜・しめじ	里いも・砂糖 でん粉		
富士山ゼリー					砂糖			
25 (月)	ご飯(麦)・牛乳		牛乳			精白米・麦		808kcal 28.4g
	ししゃもフライ		ししゃも			パン粉・小麦粉	食物油	
	ひじきの炒め煮	さつま揚げ・大豆	ひじき	人参	さやいんげん	砂糖	ごま・食物油	
	豚汁	豆腐・豚肉・みそ		人参・根深葱	大根・ごぼう	里いも・こんにゃく		
	果物				果物			
26 (火)	ご飯(麦)・牛乳		牛乳			精白米・麦		854kcal 35.9g
	鶏のごまソースかけ	鶏肉				砂糖	ごま	
	コーンポテト				ホールコーン	じゃがいも	バター	
	キャベツスープ	ベーコン・豚肉		人参・パセリ 小松菜	玉葱・キャベツ			
	納豆	大豆						
27 (水)	カレーライス(麦)・牛乳	豚肉	牛乳・チーズ 脱脂粉乳	人参	玉葱・グリーンピース	精白米・麦・砂糖	バター 食物油	826kcal 25.5g
	福神漬け				福神漬け			
	野菜サラダ			人参	きゅうり・キャベツ ホールコーン缶			
	発酵乳		発酵乳					
28 (木)	ご飯(麦)・牛乳		牛乳			精白米・麦		809kcal 30.8g
	魚の中華和え	さわら・大豆		人参	筍缶・グリーンピース	でん粉・砂糖	食物油 ごま油	
	おひたし			小松菜	キャベツ ホールコーン缶			
	みそ汁	豆腐・油揚げ・みそ	わかめ	根深葱	大根			
	のりの佃煮		のり			砂糖		

【 お知らせ 】

◆ 今月の給食回数は、17回の予定です。  
5日(火)、6日(水)は、給食がありません。



天候により、食材が変更になる場合があります。

今月の学校給食で使用している小松菜は、三島市山田地区の杉本正博さん、根深葱は杉山久雄さん、しめじは川原ヶ谷地区の長谷川健一さん、ほうれん草・大根は山田貴臣さん、ミニトマトは小林宏敏さん、キャベツ・人参は塚原地区の河崎剛さん、里いもは杉本隆さん、白菜は三ツ谷地区の高橋博幸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加工したものを使用しています。

