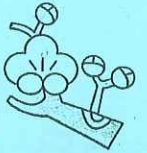


平成20年度

2月中学校給食予定献立表



三島市立中郷西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) たんばく質(g)	
2 (月)	セルフドック(ロールパン)・牛乳 (フランクフルト・野菜シテー) クリームスープ・くだもの	フランクフルト ベーコン	牛乳 粉チーズ 脱脂粉乳	パン・小麦粉 バター	パセリ ほうれんそう にんじん 玉葱・ホールコーン キャベツ くだもの	748Kcal 292g
3 (火)	ご飯(麦)・牛乳 いわしの焼鮎・おびだし みそ汁・ゆかりふりかけ・福豆	いわし・油揚げ 豆腐・大豆 みそ	牛乳 かつお削り節	精白米・小麦粉 麦 でん粉	ほうれんそう 菜薺・ゆかり にんじん キャベツ	813Kcal 337g
4 (水)	タンタンめん(中華めん)・牛乳 煮しぎょうざ・からし和え フルーツゼリー	豚肉 みそ	牛乳	中華めん でん粉 ゼリーの素	菜薺 ほうれんそう 玉葱・もやし・白菜 だしのこ・キャベツ 干し椎茸・パプリカ	855Kcal 345g
5 (木)	ご飯(麦)・牛乳 がんもどきの煮付け・五目煮・みそ汁 かつおぶしふりかけ・豆乳ココアプリン	油揚げ・鶏肉・みそ 焼き竹輪・大豆 がんもどき	脱脂粉乳 昆布・牛乳 わかめ	精白米・じゃが芋 こんにゃく・麦 ココアプリンの素	にんじん 菜薺 ごぼう グリーンピース	795Kcal 313g
6 (金)	ご飯(麦)・牛乳 しゃもフライ・ごま和え・豚汁 昆布の佃煮・りんごヨーグルト	豚肉 みそ 豆腐	牛乳・昆布 ししゃも ヨーグルト	精白米・麦 こんにゃく さと芋	にんじん 菜薺 ほうれんそう キャベツ・ごぼう だいこん	814Kcal 279g
9 (月)	りんごチップス・牛乳 鶏のごまソース ジャーマンポテト・ワンタンスープ	鶏肉 ボークウ 豚肉	牛乳 わかめ 粉チーズ	パン・じゃが芋 でん粉 小麦粉	ごまつな にんじん 玉葱・グリーンピース もやし キャベツ	891Kcal 333g
10 (火)	豚キムチ丼(ご飯)・牛乳 みそ汁 キャロット煮しめ	豚肉・鶏卵 油揚げ みそ	牛乳	精白米・麦 じゃが芋 わかめ・用粉	にんじん・にら ピーマン 菜薺 玉葱・グリーンピース もやし キャベツ	861Kcal 324g
12 (木)	ご飯(麦)・牛乳・のりふりかけ 魚のからしマヨネーズ 焼き 粉ふき芋・肉団子スープ・くだもの	さけ つくね	牛乳	パン・じゃが芋 はるさめ・パン粉	にんじん ごまつな 玉葱 干し椎茸 くだもの	827Kcal 344g
13 (金)	ご飯(麦)・牛乳 チンジャオロース・中華ソース 加工小魚・くだもの	豚肉 豆腐 鶏卵	牛乳 小魚	精白米・麦 でん粉 じゃが芋	ピーマン 菜薺 干し椎茸・だしのこ クリームコーン缶 糸こんにゃく・くだもの	822Kcal 356g
16 (月)	パン・牛乳 ドライカレー・シーフードサラダ フレンチポテト・りんごゼリー	いか 大豆・豚肉 むきえび	牛乳 粉チーズ 寒天	パン・カールウ じゃが芋	にんじん ピーマン 玉葱・キャベツ レタス・きゅうり ワタゲ・りんご缶	832Kcal 366g
17 (火)	中華丼(ご飯・麦)(うずらの卵)・牛乳 じゃがいもの中華サラダ くだもの	豚肉・いか うずらの卵	牛乳	精白米・でん粉 じゃが芋・麦	にんじん 玉葱・ホールコーン キャベツ・糸こんにゃく	824Kcal 274g
18 (水)	パプリカ炒め・チョコカール・牛乳 鶏肉の大豆炒めかけ・コーンポテト 野菜スープ・型抜きアイス・くだもの	鶏肉・大豆 ベーコン あさり	牛乳 アイス	パン じゃが芋	トマト缶 にんじん ごまつな 玉葱・グリーンピース 白菜・くだもの	782Kcal 330g
19 (木)	わかめご飯(麦)・牛乳 煮込みおでん・卵のしょう油煮 れんこんサラダ	竹輪・ポークハム さつま揚げ みそ・鶏卵	牛乳 昆布・わかめ ヨーグルト	精白米・麦 こんにゃく さと芋・でん粉	にんじん ごま マヨネーズ だいこん・キャベツ れんこん	811Kcal 274g
20 (金)	ご飯(麦)・牛乳 鶏肉とさつま芋の揚げ煮 かきたまみそ汁・納豆	鶏肉 みそ 鶏卵・大豆	牛乳	精白米・麦 でん粉 さつま芋	にんじん 菜薺 だしのこ 玉葱 グリーンピース	890Kcal 325g
23 (月)	セルフドック(ロールパン)・牛乳 (魚フライ・ポテトサラダ) コンスープ	あさり 白身魚	牛乳 チーズ 脱脂粉乳	パン 小麦粉 じゃが芋	にんじん パセリ 玉葱・ホールコーン グリーンコーン(缶)	802Kcal 298g
24 (火)	ピピンパ(ご飯・麦)・牛乳 (肉め・ごま和え・炒り卵) わかめスープ・くだもの	豚肉・かまぼこ みそ 鶏卵	牛乳 わかめ	精白米・麦 ごま	にんじん ほうれんそう 菜薺 玉葱・ホールコーン キャベツ・くだもの	784Kcal 332g
25 (水)	ソフトめん・牛乳 カレーソース・白花豆コロッケ エリンギソテー・いちごムース	豚肉 白花豆	牛乳 脱脂粉乳 粉チーズ	ソフトめん じゃが芋・でん粉 カールウ	にんじん パセリ チンゲンサイ 玉葱・エリンギ キャベツ	894Kcal 329g
26 (木)	ご飯(麦)・牛乳 生揚げの五目煮・みそ汁 のりの佃煮・コーヒゼリー・ミルク	豚肉・油揚げ 生揚げ みそ 鶏卵	牛乳 のり佃煮 ミルク	精白米・麦 ゼリーの素 さつま芋	にんじん 菜薺 干し椎茸・だしのこ ホールコーン グリーンピース・だいこん	819Kcal 315g
27 (金)	ご飯(麦)・牛乳・お茶卵ふりかけ カラフル卵焼き(バナナ・バナナ)・デザート 野菜のオイスター炒め	鶏肉 ボークウ ベーコン	牛乳 チーズ	精白米・麦 じゃが芋	にんじん パセリ 玉葱・ホールコーン キャベツ	813Kcal 281g

【お知らせ】

☆今月の給食は19回の予定です。9日(月)、10日(火)は3年生の給食がありません。

☆暦の上では春といってもまだまだ寒さに震える日々が続いています。本当の春が待ち遠しいですね。



インフルエンザやノロウイルス食中毒を防ぐためにも、手洗いとうがいはしっかり行ないましょう。

