



平成27年

2月の予定献立表

幼稚園のおいし季節になりました♪

銘苅学校給食センター
電話番号 917-3463

材料、その他の都合により献立を変更することがあります。

食品群	体内でのたらし
赤の食品	血や肉、骨をつくる
黄の食品	働く力や体温となる
緑の食品	体の調子をととのえる

学校給食	O=たんぱく質	P=カルシウム	F=脂質
栄養基準	小学 640 kcal	24.0 g	19.0 g
	中学 820 kcal	30.0 g	25.0 g

曜日	献立	材料	栄養
2(月)	きんかん 魚のもみじ焼き 厚揚げのちゅうか いため煮	牛乳、あつあげ、ぶたにく、みそ、かつお こめ、そば、卵、かたくり粉、ごま油 かつお、かつお、かつお、かつお、かつお かつお、かつお、かつお、かつお、かつお きんかん	
3(火)	手巻き寿司の具 (たまご、のり、和え物) ウインナー(中学のみ) すしめし さわにわん	牛乳、たまご、のり、ウインナー、花かつお とりにく、かつお、糸こんにゃく かつお、かつお、かつお、かつお、かつお かつお、かつお、かつお、かつお、かつお たまご、たまご、たまご、たまご、たまご	
4(水)	もやしのごまあえ なっとうみそ きびごぼん 鶏肉と大根の煮付け	牛乳、とりにく、厚揚げ、ごんぶ、みそ 花かつお、なっとう こめ、そば、卵、かつお、油、T-ポト、ごま ごま油 だいこん、かつお、いんげん、かつお、こんにゃく かつお、そば、かつお、かつお、かつお、かつお	栄養 生活のバランスを 忘れなさい
5(木)	五目あげどうふ たかな入りたきこみごぼん	牛乳、花かつお、ぶたにく、豆腐、のり チリメン、とうふ、あおさ、大豆卵白 みそ、かつお、油、かつお、かたくり粉 たかな、かつお、ごぼう、ねぎ、そば、かつお ほうれんそう、たけのこ	
6(金)	ほうれん草オムツ りんご ラビオリスーゾ	牛乳、ぶたにく、大豆卵白、P-たんぱく 白いんげん豆、脱脂粉乳、生クリーム P-たんぱく、E-たんぱく、油、T-ポト、かつお、かつお かつお、かつお、かつお、かつお、かつお	
9(月)	ピーンズサラダ ハヤシライス	牛乳、きゅうり、人参、脱脂粉乳、白かつお 白いんげん豆、あおさ、かつお、かつお かつお、かつお、かつお、かつお、かつお かつお、かつお、かつお、かつお、かつお かつお、かつお、かつお、かつお、かつお	
10(火)	ほうれん草ゴマあえ まぐろのあずま煮 きびごぼん さつま汁	牛乳、まぐろ、ぶたにく、みそ、花かつお こめ、そば、かたくり粉、ごま油、かつお かつお、だいたいこん、かつお、長粒、しめじ ほうれんそう、そば	
16(月)	三色ごぼんの具(肉たまご) きのこ汁	牛乳、とりにく、大豆卵白、かつお、とうふ いとけずり、花かつお、ぶたにく、みそ こめ、そば、卵、かつお、ごま油、ごま なめこ、ごま、長粒	
17(火)	鶏肉とカシューナッツの炒め イカのごまみそやき きびごぼん はるさめスーゾ	牛乳、花かつお、ぶたにく、とりにく いか、みそ こめ、そば、巻肉、カシューナッツ、かつお ごま油、かつお、しめじ、かつお、たけのこ だいたい、そば、だいたい、そば、そば	
18(水)	たきこみピラウ いわしのトスト煮	牛乳、ぶたにく、P-たんぱく、いわし みそ、かつお、油、T-ポト、かつお、でんぶ かつお、かつお、かつお、かつお、かつお かつお、かつお、かつお、かつお、かつお	
19(木)	からしな炒め かき シヤケごぼん シカムトウチ	牛乳、ぶたにく、かまぼこ、とうふ 花かつお、かつお、厚揚げ、チキヤキ こめ、ぶ、かつお、ごま油、ごま かつお、かつお、だいたい、かつお、かつお、かつお かつお、かつお、かつお、かつお、かつお	
20(金)	ミートボール みかん あげなべ(上山中) ホトツ	牛乳、なみか、ぶたにく、花かつお ごんぶ、とうふ、あけ、かまぼこ かつお、こんにゃく、そば、だいたい、かつお、かつお かつお、かつお、かつお、かつお、かつお	
23(月)	キャベツの和え物 ふくしんづけ ポークカレー	牛乳、ぶたにく、白いんげん豆、セラチン 生クリーム こめ、そば、かつお、ごま油、T-ポト かつお、油、かつお かつお、かつお、かつお、かつお、かつお かつお、かつお、かつお、かつお、かつお	
24(火)	厚揚げのなんばん漬け でこぼん いよかん しそ味ひじき	牛乳、あつあげ、わかめ、うすあげ、みそ 花かつお こめ、そば、かたくり粉、かつお、油、かつお かつお、かつお、かつお、かつお、かつお かつお、かつお、かつお、かつお、かつお	
25(水)	きびなごのケチヤツアあんかけ いよかん しそ味ひじき 大根の煮付け	牛乳、きびなご、ぶたにく、あつあげ ごんぶ、花かつお こめ、そば、ごま油、かたくり粉、かつお、油 かつお、だいたい、かつお、かつお、かつお、かつお いんげん、いよかん	
26(木)	みそラーメン(麺) シヤケカレー炒め ミニオムツジュ	牛乳、ぶたにく、わかめ、なると、みそ なめこ、ごま、ごま油、かつお、T-ポト かつお、油、かつお、かたくり粉 かつお、かつお、かつお、かつお、かつお かつお、かつお、かつお、かつお、かつお	
27(金)	もずく丼 きびごぼん もやしのナムル 蒸しケーキ	牛乳、むぎごぼん、ぶたにく、たまご、花かつお こめ、そば、かつお、油、かつお、かたくり粉、ごま ごま油 かつお、かつお、だいたい、かつお、かつお、かつお かつお、かつお、かつお、かつお、かつお	

★上山中3年生のリクエストメニュー

- 1位: あげなべ (21票)
- 2位: 沖繩そば (15票)
- 3位: ラーメン (10票)
- 4位: カレー (7票)
- 5位: チーズケーキ (7票)
- 6位: ステーキ(肉) (6票)
- 7位: スパゲティ (5票)
- 8位: ロブスタ (5票)
- 9位: 納豆 (4票)
- 10位: 梨 (4票)

★若狭小6年生のリクエストメニュー

- 1位: あげなべ (25票)
 - 2位: フルーツポンチ (3票)
 - 3位: ラーメン
 - カレーライス
 - ゴロ团子
 - スパゲティ
 - 肉まん (2票)
- ◎スペースの関係で、上位のメニューだけのせていますが、少数意見も2~3月の献立に取り入れていきますので楽しみにしてください。

リクエスト給食について

3月で給食が最後となる中学3年生と、銘苅センターの給食は最後になる人もいます、小学6年生のみなさんに食べたい給食のアンケートを実施しました！
中学生のリクエストが2~3月。小学生のリクエストが3月の給食にです。リクエストのメニューは本学にしていますので、自分のメニューができたかな？と確認してみてくださいね。また、銘苅小のリクエストは3月のこんだて表にのせるので楽しみにしてください

学校給食費は、期限内に納めましょう。たべものアレルギーをもつ子どもは、アレルギーを申告していただくようにお願いします。2月使用予定の食材の内、国が指定した検査対象地域の食材は、いわしのトスト煮、りんご(青森)、ガトーショコラ、ミートボール(岩手)、ラビオリ、ほうれん草オムツです。また、一部、国産表記の食材が、蒸しステーキ、錦糸卵、雑穀、べつたら漬です。

ホームページにアレルギーや産地など、給食センターの情報を載せていますのでご覧ください。

