



2月 給食献立表



大田区立安方中学校

| | | | 牛乳 | 筋肉や血液、骨など体をつくるもと | 熱、体を動かす力のもと | 体の調子を整えるもの | 1食分 - kcal たんば0g |
|---|-----|-----------------|----|-----------------------|-----------------------------------|---|---------------------|
| ① | 2月 | ごはん | ○ | | 米,精麦 | | 762 |
| | | 魚の韓国焼き | | ★さば | さとう,ごま油 | にんにく,しょうが,長ねぎ | 34.0 |
| | | こんにゃくサラダ | | | こんにゃく,さとう,ごま油 | にんじん,こまつな,もやし | |
| | | わかめ・豆腐・油揚げのみそ汁 | | 豆腐,油揚げ,わかめ,みそ | じゃがいも | 長ねぎ | |
| ② | 3火 | いわしの蒲焼丼 | ○ | ★いわし | 米,精麦,でん粉,油,三温糖 | しょうが | 765 |
| | | 鬼は外! 五目豆 | | 大豆,さつま揚げ,昆布 | こんにゃく,三温糖 | 干し椎茸,れんこん,ごぼう,にんじん | 34.0 |
| | | 節分すまし汁 | | わかめ,かまぼこ | | にんじん,えのきたけ,だいこん,長ねぎ | |
| | | | | | | | |
| ③ | 4水 | ココア揚げパン | ○ | | マーガリンパン,油,さとう | | 761 |
| | | ワンタン卵スープ | | 豚肉,豆腐,★たまご | 油,ワンタンの皮(卵不使用),でん粉,ごま油 | しょうが,にんにく,にんじん,えのきたけ,長ねぎ,チンゲンツアイ | 25.9 |
| | | さつまいものサラダ | | ポークハム(卵不使用) | さつまいも,油,さとう | にんじん,キャベツ,きゅうり,★レモン汁製品 | |
| | | 果物(いちご) | | | | ★いちご | |
| ④ | 5木 | 焦がしバターコーンライス | ○ | | 米,精麦,バター | ホールコーン | 744 |
| | | バーベキューチキン | | 鶏肉 | さとう | ★りんご,しょうが,にんにく,長ねぎ | 29.4 |
| | | ツナとポテトのカレーソテー | | ツナ | じゃがいも,油 | にんにく | |
| | | ミネストローネスープ | | ベーコン,豚肉,白いんげん豆 | 油,マカロニ(卵不使用) | 玉葱,にんじん,しょうが,かぼちゃ,しめじ,キャベツ,トマトホール缶 | |
| ⑤ | 6金 | ごはん | ○ | | 米,精麦 | | 714 |
| | | のりの佃煮 | | のり | さとう,でん粉 | | 27.1 |
| | | ピリ辛肉じゃが | | 豚肉 | 油,じゃがいも,三温糖,ごま油 | にんにく,玉葱,にんじん,えのきたけ,にら,さやいんげん | |
| | | ごま和え | | | さとう,★ごま | キャベツ,にんじん,もやし,こまつな | |
| ⑥ | 9月 | ごはん | ○ | | 米,精麦 | | 744 |
| | | 魚のゆずみそあんかけ | | ★さわら,みそ | さとう,でん粉 | しょうが,★ゆず果汁製品 | 34.0 |
| | | ひじき和え | | ひじき,油揚げ | ごま油,三温糖,油,さとう | こまつな,キャベツ,にんじん | |
| | | のつべい汁 | | 豚肉,厚揚げ,竹輪(卵不使用) | 油,じゃがいも,でん粉 | ごぼう,にんじん,長ねぎ | |
| ⑦ | 10火 | グラタントースト | ○ | ツナ,牛乳,豆乳,脱脂粉乳,チーズ | 無塩パン(卵不使用),油,バター,薄力粉 | 玉葱,マッシュルーム缶,にんじん,ホールコーン | 744 |
| | | ヌードルスープ | | 豚肉 | 油,じゃがいも,さとう,★ヌイユ | しょうが,にんにく,にんじん,玉葱,えのきたけ,こまつな | 33.4 |
| | | 海藻サラダ | | 海藻ミックス | 油,さとう | キャベツ,もやし,にんじん,にんにく,玉葱 | |
| | | | | | | | |
| ⑧ | 12木 | 鶏肉と小松菜のクリームパゲティ | ○ | 鶏肉,牛乳,豆乳,脱脂粉乳 | スパゲッティ(卵不使用),油,生クリーム,米粉 | にんにく,しょうが,玉葱,にんじん,マッシュルーム缶,しめじ,えのきたけ,こまつな | 818 |
| | | じゃがいもとハムのサラダ | | ポークハム(卵不使用) | じゃがいも,サラダ油,さとう | にんじん,キャベツ,きゅうり,玉葱 | 31.6 |
| | | ガトーショコラ | | 豆腐,ヨーグルト | さとう,水あめ,油,米粉,コーンスターチ,ミルクチョコレート,粉糖 | | |
| | | | | | | | |
| ⑨ | 13金 | 豚肉のねぎ塩丼 | ○ | 豚肉 | 米,精麦,ごま油,でん粉,★ごま | にんにく,しょうが,長ねぎ,玉葱,にんじん,もやし,えのきたけ,★レモン汁製品,にら | 879 |
| | | ししゃものカレー揚げ | | ★ししゃも,牛乳 | 薄力粉,油 | | 38.7 |
| | | 根菜の豆乳みそ汁 | | 豚肉,油揚げ,みそ,豆乳 | さつまいも | だいこん,にんじん,ごぼう,長ねぎ | |
| | | | | | | | |
| ⑩ | 16月 | あしたばパン | ○ | | あしたばパン(卵不使用) | | 759 |
| | | ポテトオムレツ | | ベーコン,★たまご,牛乳,脱脂粉乳,チーズ | バター,じゃがいも | 玉葱,こまつな,マッシュルーム缶 | 37.6 |
| | | ビーンズサラダ | | 大豆 | さとう,油 | にんじん,もやし,キャベツ,玉葱 | |
| | | コーンクリームスープ | | ベーコン,牛乳,豆乳,粉チーズ | 油,でん粉 | にんじん,玉葱,しょうが,ホールコーン,クリームコーン缶,パセリ | |
| ⑪ | 17火 | しめじと塩昆布の炊きこみごはん | ○ | 塩昆布,豚肉,油揚げ | 米,精麦,油 | にんじん,しめじ | 742 |
| | | 魚のさざれ焼き | | ★鮭 | マヨネーズ(卵不使用),パン粉(卵不使用) | | 40.4 |
| | | ゆずドレッシングサラダ | | | 油,さとう | こまつな,キャベツ,にんじん,★ゆず果汁製品 | |
| | | 豚汁 | | 豚肉,みそ,豆腐 | 油,こんにゃく,じゃがいも,ごま油 | にんじん,ごぼう,だいこん,長ねぎ | |
| ⑫ | 18水 | 白菜の五目あんかけ焼きそば | ○ | 豚肉,なると(卵不使用) | 蒸し中華めん,ごま油,油,でん粉 | にんにく,にんじん,玉葱,干し椎茸,たけのこ,しめじ,えのきたけ,しょうが,もやし,はくさい,チンゲン | 727 |
| | | もちもち芋もち | | | じゃがいも,でん粉,バター | | 28.2 |
| | | フルーツヨーグルト | | ヨーグルト | さとう | ★黄桃缶,★白桃缶,★りんご缶,★洋なし缶 | |
| | | | | | | | |
| ⑬ | 19木 | ごはん | ○ | | 米,精麦 | | 790 |
| | | 厚揚げのそぼろ煮 | | 厚揚げ,豚肉 | さとう,油,でん粉 | にんじん,玉葱,えのきたけ,こまつな | 32.2 |
| | | わかめの和え物 | | わかめ | ★ごま,ごま油,さとう | にんじん,キャベツ,もやし | |
| | | 果物(柑橘類) | | | | ★柑橘類 | |
| ⑭ | 20金 | あぶたま丼 | ○ | 豚肉,油揚げ,★たまご | 米,精麦,油,さとう,でん粉 | にんじん,玉葱,長ねぎ,こまつな | 767 |
| | | ひじきのサラダ | | ひじき | さとう,三温糖,油 | こまつな,にんじん,キャベツ,ホールコーン | 31.5 |
| | | じゃがいもと玉ねぎのみそ汁 | | みそ,わかめ | じゃがいも | 玉葱,えのきたけ | |
| | | | | | | | |
| ⑮ | 24火 | コンナムルバブ | ○ | 豚肉 | 米,精麦,ごま油,さとう | 豆もやし,にんにく,玉葱 | 751 |
| | | ジャンボ揚げぎょうざ | | 豚肉,レンズ豆,みそ | ごま油,ぎょうざの皮(卵不使用),薄力粉,油 | しょうが,にんにく,キャベツ,長ねぎ,干し椎茸,えのきたけ,にら | 32.3 |
| | | 中華卵スープ | | 豚肉,★たまご,わかめ | 油,でん粉 | しょうが,にんじん,玉葱,ホールコーン | |
| | | | | | | | |

●1月24日(土)から2月6日(金)は「大田区立安方中学校給食週間」です。この期間は特色のある献立を提供するので、各メニューのポイントは、裏面の給食だよりをぜひご覧ください。

●9日(月)・17日(火) 今月の地場産物として、初めて町田市産のゆず果汁を使用します。それぞれのメニューで、旬のゆずのフレッシュな香りをお楽しみください。

※2年生は社会科見学のため、2月13日(金)の給食がありません。また、3年生は入試のため2月10日(火)の給食がありません。

ト ※2月25日(水)から27日(金)は学年末考査のため、給食がありません。

※食材の入荷状況等により、献立・材料を変更することがあります。予めご了承ください。