



平成 30年度 2月分 学校給食予定献立表



御殿場市立西学校給食センター 0550-89-2944

Table with columns for date, menu items, ingredients, and nutritional values. Includes special sections for 'Inoue Elementary School 6th Grade' and 'Valentine's Day'.

日 曜日	こんだて	おもに体をつくる もとなる食べ物		おもに体の調子を整える もとなる食べ物		おもにエネルギーの もとなる食べ物		栄養価	
		小学校	中学校	小学校	中学校	小学校	中学校	小学校	中学校
たべっぴーの日本全国たべものの旅 今月は岐阜県の「けいちゃん」									
18 月	ごてんばコシヒカリごはん					こめ			
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう							
	けいちゃん	とりにく・みそ	キャベツ・にんじん・たまねぎ・にら	にんにく・しょうが	あぶら			664	835
	ツナコロッセ	まぐろあぶらづけ	たまねぎ		じゃがいも・さとう・あぶら			14	13
	かきたま汁	たまご・とうふ	えのきたけ・ねぶかねぎ		パンこ・こめこ・こむぎこ			27	26
りんごゼリー				でんぷん			1.6	2.0	
*** ふじのくに地産地消(ちさんちしょう)週間(19日~23日) ***									
19 火	角食パン					パン			
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう							
	白身魚フライ	ホキ・こなチーズ	パセリ・バジル		パンこ・こむぎこ・こめこ			605	767
	塩もみキャベツ		キャベツ		でんぷん・あぶら			18	18
20 水	キャロットポタージュ	ベーコン・ぎゅうにゅう なまクリーム・だっしふんにゅう	にんじん・たまねぎ・パセリ		じゃがいも・あぶら・こむぎこ			35	34
	バターロール型パン				パン			2.6	3.6
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう							
	ベーコンチーズオムレツ	たまご・ベーコン・チーズ			でんぷん・さとう・あぶら			599	783
	たらこスパゲッティ	ベーコン・たらこ	たまねぎ・マッシュルーム・パセリ		オリーブゆ・スパゲッティ			19	18
ポトフ	とりにく・ウィンナー	たまねぎ・キャベツ・にんじん・セロリ		じゃがいも・あぶら			38	35	
ごてんばこめこの日									
21 木	ごてんばコシヒカリごはん					こめ			
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう							
	とり肉のバーベキューソース	とりにく	しょうが・りんご・にんにく・レモン		さとう・でんぷん・あぶら			600	749
	水掛菜とコーンのあえもの		みずかけな・キャベツ・とうもろこし		あぶら・さとう			16	15
	さといものみそ汁	とうふ・あぶらあげ・みそ	だいこん・ねぶかねぎ		さといも			28	25
22 金	麦ごはん					こめ・むぎ			
	エッグカレー	ぶたにく・うすらたまご だっしふんにゅう	たまねぎ・にんじん・グリーンピース にんにく・しょうが・りんご		じゃがいも・あぶら こむぎこ			648	806
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう						14	13
	じゃこと大豆の塩揚げ	だいき・かたくちいわし			でんぷん・アーモンド・あぶら			27	24
	だいこんサラダ		だいこん・にんじん・きゅうり とうもろこし					2.1	2.7
25 月	ソフトめん					ソフトめん			
	ミートボールソース	ぶたにく・とりにく・こなチーズ	たまねぎ・にんじん・マッシュルーム にんにく・しょうが・パセリ・トマト		パンこ・でんぷん・さとう オリーブゆ・こむぎこ			625	762
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう						15	14
	フレンチサラダ		キャベツ・にんじん・きゅうり とうもろこし		あぶら・さとう			31	29
	いちご		いちご					2.6	3.3
原里小6年2組さんが考えた献立「旬の食べ物を使った和食」									
26 火	ごてんばコシヒカリごはん					こめ			
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう							
	ぶりの照り焼き	ぶり	しょうが		さとう・みずあめ			646	804
	ほうれんそうのごまあえ		ほうれんそう・きゃべつ・にんじん		さとう・ごま			17	16
	豚汁	ぶたにく・とうふ・あぶらあげ みそ	にんじん・だいこん・ねぶかねぎ ごぼう・こんにゃく		さといも・あぶら			30	28
アーモンド小魚	かたくちいわし			アーモンド・さとう・ごま			2.5	3.0	
27 水	ごてんばコシヒカリごはん					こめ			
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう							
	厚焼きたまご	たまご			さとう・あぶら・でんぷん			663	826
	肉じゃが	ぶたにく・さつまあげ	にんじん・たまねぎ・しらたき グリーンピース		あぶら・じゃがいも・さとう			14	14
	ひじき和え	ひじき	こまつな・キャベツ・にんじん		さとう・あぶら			26	24
28 木	ナン					ナン			
	ビーンズドライカレー	ぶたにく・ひよこめ	にんにく・しょうが・たまねぎ・にんじん ピーマン・あかピーマン		こむぎこ・あぶら・さとう			614	817
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう						17	16
	ポテトとうすら卵のスープ	とりにく・うすらたまご	にんじん・たまねぎ・パセリ		あぶら・じゃがいも			33	30
	フルーツのヨーグルト和え	ヨーグルト	みかん・おうとう・パイ		さとう			2.4	3.3

※都合により、献立内容を変更させていただく場合があります。
 ※上記の食品以外にも使用する場合があります。アレルギー食材の確認など詳細につきましては、西学校給食センターにお問い合わせください。
 ※21日の「さといものみそ汁」は、たくみの郷で作られた手作りみそを一部使用する予定です。
 ※ごはんは、すべてごてんばコシヒカリ100%です。
 ※1月までの実施回数：原里小・・・153回、玉穂小・・・154回、御殿場小・・・153回、印野小・・・153回、原里中・・・152回、西中・・・152回



基準量	エネルギー(kcal)		たんぱく質(%)	脂質(%)	食塩(g)
	13~20	13~20			
	20~30	20~30			
	2.0	2.5			