

学校給食予定献立表


(小学校・食物アレルギー対応給食)

令和2年度2月

福生市学校給食センター

日	曜	豆乳	献立名	主な材料とその働き			エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	献立メモ
				おもに体をつくるものになる (あかのたべもの)	おもにエネルギーのもとになる (きいろのたべもの)	おもに体の調子を整える (みどりのたべもの)			
1	月	○	にくどうふどん こまつなえのきののりあえ 	ぶたにく やきどうふ だいずいんりょうのり	こめ あぶら さとう	しょうが たまねぎ しらたき しいたけ えのきたけ キャベツ こまつな	653	27.0	ふつかあ、せつたん 2日(火) 節分 まいしつつか いんしょうつよ 毎年3日の印象が強い 節分ですが、今年も 124年ぶりに2日が節分 です。豆を年の数だけ 食べると病気にならな いと言われています。
2	火	○	うめちりごはん うちまめじる いわしのこうみやき りんごゼリー	ちりめんじゃこ だいずいんりょう ぶたにく だいず みそ いわし	こめ あぶら さとういも さとう ごまあぶら りんごゼリー	うめ ごぼう こんにやく にんじん だいこん こまつな しょうが	605	26.7	
3	水	○	こめメープルかぼちゃパン きつねかしらうどん ささかまぼこのいそあげ こんにやくサラダ	だいずいんりょう ぶたにく あぶらあげ かまぼこ あおのり	こめメープルかぼちゃパン あぶら でんぶん げんまいめん こめこながいも ごま さとう ごまあぶら	たまねぎ ほうれんそう ながねぎ こんにやく キャベツ きゅうり にんじん	684	22.0	
4	木	○	ブルコギどん わかめとコーンのスープ 	ぶたにく だいずいんりょう とりにく わかめ	こめ ごまあぶら さとう ごま あぶら でんぶん	ながねぎ にんにく たまねぎ にんじん もやし ぶなめじ にら はくさい コーン しょうが	585	21.7	
5	金	○	ごこくごはん ぎんざけのしおやき じゃがいものそばろに	だいずいんりょう さけ ぶたにく だいず	こめ ごこくまい あぶら じゃがいも さとう	しょうが にんじん たまねぎ こまつな	596	24.4	
8	月	○	ごぼういりぎゅうどん はくさいのおひたし はちみつレモンゼリー 	ぎゅうにく だいずいんりょう かつおぶし	こめ さとう はちみつレモンゼリー	しょうが たまねぎ にんじん ごぼう しらたき はくさい こまつな	674	24.2	みつかずい、はつうま 3日(水) 初生 初午は、2月最初の午 の日です。この日は全 国の稲荷神社で五穀豊 穡や家内安全を祈願し てお祭りが開かれま す。稲荷神のお使いと されるきつねの好物の 油揚げをお供えしま す。給食では3日のカ レーうどんに油揚げが 入っています。
9	火	○	なめし けんちんじる さわらのさいきょうやき	だいずいんりょう あぶらあげ とうふ さわら みそ	こめ ごまあぶら ごま さとういも さとう あぶら	こまつな ごぼう こんにやく にんじん ほししいたけ だいこん ながねぎ	589	24.1	
10	水	○	こめコフランパン キムチトックスープ じゃこサラダ りんご	ウインナー だいずいんりょう ぶたにく とうふ みそ ちりめんじゃこ	こめコパン あぶら トクもち ごまあぶら さとう	にんにく たまねぎ えのきたけ ながねぎ はくさい はくさいキムチ にら だいこん にんじん きゅうり りんご	654	20.7	
12	金	○	さつまいもごはん とんじる さばのたつたあげ	だいずいんりょう ぶたにく とうふ みそ さば	こめ さつまいも あぶら さとういも でんぶん	しょうが ごぼう こんにやく にんじん だいこん こまつな ながねぎ	638	23.4	
15	月	○	ツナピラフ ミネストローネ さけのムニエル いちごゼリー	まぐろフレーク だいずいんりょう ベーコン レンズまめ さけ	こめ あぶら さとう じゃがいも こめコマロニ こめこ いちごゼリー	にんじん たまねぎ パセリ にんにく セロリー トマト	649	26.5	
16	火	○	ごはん のりつくだに ぶりのゆうあんやき ちくぜんに	だいずいんりょう のりつくだに ぶりとりにく	こめ さとう でんぶん あぶら	ゆず にんじん こんにやく ごぼう たけのこ ほししいたけ れんこん	601	25.3	
17	水	い	こめコスライスパン ビーンズチャウダー とりにくのはちみつやき キャベツとコーンのサラダ	だいずいんりょう ベーコン とうにゅう しろいんげんまめ とりにく	こめコパン じゃがいも コーンスターチ はちみつ あぶら さとう	たまねぎ にんじん パセリ しょうが にんにく キャベツ きゅうり コーン	595	24.0	
18	木	○	チャーハン ちゅうかコーンスープ いかのチリソースがけ	ぶたにく まぐろフレーク だいずいんりょう ベーコン いか	こめ あぶら でんぶん ごまあぶら さとう	しょうが にんにく ながねぎ にんじん たまねぎ コーン チンゲンサイ	614	24.3	すいさんまつ、きんぎょまつ、おぼろまつ 水産物・畜産物応援! コロナウイルス感染 拡 大の影響で、全国の生 産者さんが辛い思いを しています。給食では 『食べて応援しよう!』 と声をあげ、今月は牛 肉と真鯛を使います。 どちらも給食では高価 で余り使えない食材で す。牛肉は牛丼とビー フストロガノフ、真鯛は 塩焼きにします。 しっかり食べて生産者 さんを応援しましょう!
19	金	○	ごもくごはん なばなとえのきのすましじる あじのさかやき	とりにく あぶらあげ だいずいんりょう とうふ かまぼこ わかめ あじ ぶたにく みそ のり	こめ あぶら さとう でんぶん	にんじん ごぼう ほししいたけ えだまめ だいこん えのきたけ なばな しょうが ながねぎ たまねぎ	586	28.3	
22	月	○	じゃこわかめごはん まだいのしおやき にくじゃが	わかめ ちりめんじゃこ だいずいんりょう たい ぶたにく	こめ ごまあぶら あぶら じゃがいも さとう	しょうが たまねぎ にんじん しらたき さやいんげん	604	27.9	
24	水	○	こめこまるパン ポトフ さけのこうそうパンこやき ダイスサラダ	だいずいんりょう ベーコン ウインナー さけ	こめコパン じゃがいも オリーブあぶら コーンフレーク さとう	セロリー たまねぎ にんじん キャベツ にんにく パセリ だいこん きゅうり えだまめ	703	25.7	
25	木	○	ごはん すましじる とりにくのあまからあげ みかんゼリー	だいずいんりょう とうふ かまぼこ とりにく	こめ でんぶん さとう あぶら みかんゼリー	ほうれんそう ながねぎ しょうが にんにく	598	23.4	
26	金	○	ビーフストロガノフ かいそうサラダ 	ぎゅうにく だいずいんりょう かいそうミックス	こめ あぶら さとう	パセリ にんにく セロリー たまねぎ にんじん マッシュルーム トマト キャベツ きゅうり	698	22.9	
給食回数				18 回					
※ 材料の都合により献立を変更することがあります。				基準栄養量			650	26.8	

- ◎給食の実施日は学校によって異なります。
- ◎給食内容や食物アレルギー等について不明な点がございましたら、学校給食センターまでお問い合わせください。
- ◎2月分給食費の口座引き落としは、3月1日(月)です。納め忘れのないように、残高の確認をお願いします。
- ◎豆乳欄の「い」はいちご豆乳です。

 : 大皿を出す日です。

《問い合わせ先》

福生市学校給食センター
(電話) 042-551-8351



保護者の皆様へ 2月の献立について

緊急事態宣言発令に伴い、より安全な給食時間とするために、2月は食器の使用数を減らします(4食器から2食器に変更)。また、新型コロナウイルス感染症防止のため、果物をゼリーにするなど手で食べる料理を取りやめました。
引き続き、安全な給食の提供に努めて参りますのでご理解をお願いします。



学校給食予定献立表

令和2年度2月

福生市学校給食センター

日	曜	豆乳	献立名	主な材料とその働き			エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	献立メモ	
				おもに体をつくるものとなる	おもにエネルギーのものとなる	おもに体の調子を整える				
1	月	○	肉豆腐丼 小松菜とえのきののり和え 	ぶたにく やき豆腐 だいずいんりょう のり	こめ あぶら さとう	しょうが たまねぎ しらたき しいたけ えのきたけ キャベツ こまつな	831	34.0	2日(火) 節分 毎年3日の印象が強い節分ですが、今年 は12年ぶりに2日が 節分です。豆を年の 数だけ食べると病気 にならないと言われ ています。 	
2	火	○	梅ちりご飯 打ち豆汁 鰯の香味焼き りんごゼリー	ちりめんじゃこ だいずいんりょう ぶたにく だいず みそ いわし	こめ あぶら さとも さとう ごまあぶら りんごゼリー	うめ ごぼう こんにやく にんじん だいこん こまつな しょうが	759	34.8		
3	水	○	米粉メープルかぼちゃパン きつねカレーうどん 笹かまぼこの磯辺揚げ こんにやくサラダ	だいずいんりょう ぶたにく あぶらあげ かまぼこ あおのり	こめこメープルかぼちゃパン あぶら でんぶん げんまいめん こめこながいも ごまさとう ごまあぶら	たまねぎ ほうれんそう ながねぎ こんにやく キャベツ きゅうり にんじん	928	27.6		
4	木	○	ブルコギ丼 わかめとコーンのスープ 	ぶたにく だいずいんりょう とりにく わかめ	こめ ごまあぶら さとう ごま あぶら でんぶん	ながねぎ にんにく たまねぎ にんじん もやし ぶなしめじ にら はくさい コーン しょうが	739	27.0		
5	金	○	五穀ご飯 銀鯉の塩焼き じゃが芋のそぼろ煮	だいずいんりょう さけ ぶたにく だいず	こめ ごこまい あぶら じゃがいも さとう	しょうが にんじん たまねぎ こまつな	765	31.7		
8	月	○	ごぼう入り牛丼 白菜のおひたし はちみつレモンゼリー 	ぎゅうにく だいずいんりょう かつおぶし	こめ さとう はちみつレモンゼリー	しょうが たまねぎ にんじん ごぼう しらたき はくさい こまつな	851	29.6		
9	火	○	菜飯 けんちん汁 鰯の西京焼き	だいずいんりょう あぶらあげ とうふ さわかみ せ	こめ ごまあぶら ごまさとも さとう あぶら	こまつな ごぼう こんにやく にんじん ほししいたけ だいこん ながねぎ	753	31.0		
10	水	○	米粉フランクパン キムチトックスープ じゃこサラダ りんご	ウインナー だいずいんりょう ぶたにく とうふ みそ ちりめんじゃこ	こめこパン あぶら トクもち ごまあぶら さとう	にんにく たまねぎ えのきたけ ながねぎ はくさい はくさいキムチ にら だいこん にんじん きゅうり りんご	873	26.0		
12	金	○	さつま芋ご飯 豚汁 鰯の竜田揚げ	だいずいんりょう ぶたにく とうふ みそ さば	こめ さつまいも あぶら さとも でんぶん	しょうが ごぼう こんにやく にんじん だいこん こまつな ながねぎ	831	29.6		
15	月	○	ツナピラフ ミネストローネ 鮭のムニエル いちごゼリー	まぐろフレーク だいずいんりょう ベーコン レンズまめ さけ	こめ あぶら さとう じゃがいも こめこマカロニ こめこ いちごゼリー	にんじん たまねぎ パセリ にんにく セロリートマト	822	34.6		
16	火	○	ご飯 のり佃煮 ぶりの幽庵焼き 筑前煮	だいずいんりょう のりつくだに ぶりとりにく	こめ さとう でんぶん あぶら	ゆず にんじん こんにやく ごぼう たけのこ ほししいたけ れんこん	773	32.7		
17	水	い	米粉スライスパン ビーンズチャウダー 鶏肉のはちみつ焼き キャベツとコーンのサラダ	だいずいんりょう ベーコン とうふ しろいんげんまめ とりにく	こめこパン じゃがいも コーンスターチ はちみつ あぶら さとう	たまねぎ にんじん パセリ しょうが にんにく キャベツ きゅうり コーン	798	29.8		
18	木	○	チャーハン 中華コーンスープ いかのチリソースがけ	ぶたにく まぐろフレーク だいずいんりょう ベーコン いか	こめ あぶら でんぶん ごまあぶら さとう	しょうが にんにく ながねぎ にんじん たまねぎ コーン チンゲンサイ	783	31.1		
19	金	○	五目ご飯 菜花とえのきのすまし汁 鰯のさんが焼き	とりにく あぶらあげ だいずいんりょう とうふ かまぼこ わかめ あじ ぶたにく みそ のり	こめ あぶら さとう でんぶん	にんじん ごぼう ほししいたけ えだまめ だいこん えのきたけ なばな しょうが ながねぎ たまねぎ	739	35.3		
22	月	○	じゃこわかめご飯 真鯛の塩焼き 肉じゃが	わかめ ちりめんじゃこ だいずいんりょう たい ぶたにく	こめ ごまあぶら あぶら じゃがいも さとう	しょうが たまねぎ にんじん しらたき さやいんげん	773	36.3		
24	水	○	米粉丸パン ポトフ 鮭の香草パン粉焼き ダイスサラダ	だいずいんりょう ベーコン ウインナー さけ	こめこパン じゃがいも オリーブあぶら コーンフレーク さとう	セロリー たまねぎ にんじん キャベツ にんにく パセリ だいこん きゅうり えだまめ	947	34.4		
25	木	○	ご飯 すまし汁 鶏肉の甘辛揚げ みかんゼリー	だいずいんりょう とうふ かまぼこ とりにく	こめ でんぶん さとう あぶら みかんゼリー	ほうれんそう ながねぎ しょうが にんにく	735	27.8		
26	金	○	ビーフストロガノフ 海藻サラダ 	ぎゅうにく だいずいんりょう かいそうミックス	こめ あぶら さとう	パセリ にんにく セロリー たまねぎ にんじん マッシュルーム トマト キャベツ きゅうり	891	28.5		
給食回数							18	回		
※ 材料の都合により献立を変更することがあります。							基準栄養量	830	34.2	

◎給食の実施日は学校によって異なります。

◎給食内容や食物アレルギー等について不明な点がございましたら、学校給食センターまでお問い合わせください。

◎2月分給食費の口座引き落としは、3月1日(月)です。納め忘れのないように、残高の確認をお願いします。



：大皿を出す日です。 ◎豆乳欄の「い」はいちご豆乳です。

保護者の皆様へ **2月の献立について**

《問い合わせ先》

福生市学校給食センター
(電話) 042-551-8351



緊急事態宣言発令に伴い、より安全な給食時間とするために、2月は食器の使用数を減らします(4食器から2食器に変更)。また、新型コロナウイルス感染症防止のため、果物をゼリーにするなど手で食べる料理を取りやめました。

引き続き、安全な給食の提供に努めて参りますのでご理解をお願いします。

