

学校給食予定献立表

(中学校・通常給食)
福生市学校給食センター

令和2年度2月

日 曜	牛乳	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	おもにエネルギーのものになる	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 (刻みのり)	ぶたにく やきどうふ ぎゅうにゅう 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	837	33.9	2日(火) 節分 毎年3日の印象が強い節分ですが、今年 は124年ぶりに2日が 節分です。豆を年の 数だけ食べると病氣 にならないと言われ ています。
2火	○	梅ちりご飯 打ち豆汁 鯛の香味焼き りんごゼリー★	ちりめんじゃこ ぎゅうにゅう ぶたにく だいず みそ いわし	こめ あぶら さと 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	765	34.7	
3水	○	黒糖蒸しパン★ 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	ぎゅうにゅう ぶたにく あぶらあげ かまぼこ あおのり こんにやく	ことうむしパン あぶら でんぶん うどん こむぎこ 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	812	29.1	3日(水) 初午 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。
4木	○	ブルコギ丼 わかめと卵のスープ	ぶたにく ぎゅうにゅう とり たまご わかめ	こめ あぶら ごまあぶら さとう ごま 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 にははくさいしょうが	764	30.1	
5金	○	五穀ご飯 銀鮭の塩焼き じゃが芋のそぼろ煮	ぎゅうにゅう 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	757	30.5	
8月	○	ごぼう入り牛丼 白菜のおひたし (糸削り節) はちみつレモンゼリー★	ぎゅうにゅう ぎゅうにゅう かつおぶし	こめ あぶら 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	857	29.5	
9火	○	菜飯 けんちん汁 焼の西京焼き	ぎゅうにゅう あぶらあげ とうふ さわら みそ	こめ あぶら ごまあぶら ごま さといも さとう	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	763	31.4	
10水	○	フランクパン★ キムチワンタンスープ じゃこサラダ ヨーグルト★	ぎゅうにゅう ぶたにく みそ とうふ ちりめんじゃこ ヨーグルト	フランクパン あぶら ワンタンのかわ 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 たら だいこん にんじん きゅうり	824	32.1	
12金	○	さつま芋ご飯 豚汁 鯛の竜田揚げ	ぎゅうにゅう ぶたにく とうふ みそ さば	こめ さつまいも あぶら さといも 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	832	29.5	
15月	○	エビピラフ ミネストローネ ツナ入りオムレツ★ いちごゼリー★	えび ぎゅうにゅう ベーコン レンズまめ たまご なまクリーム まぐろフレーク	こめ バター さとう じゃがいも マカロニ いちごゼリー	にんじん たまねぎ コーン パセリ にんにく セロリー トマト	789	29.7	
16火	○	ご飯 のり佃煮★ ぶりの幽庵焼き 筑前煮	ぎゅうにゅう のりつくだに ぶり とりにく	こめ あぶら さとう でんぶん	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	779	32.6	19日(金) 干葉風の佃土料理 さんが焼きは千葉県 近海で、沢山獲れる 鱈、秋刀魚や鰯を、さ ばびて味噌や醤油を 混ぜて包丁で細かく したものを焼いたも のです。
17水	ヨ	マーブル食パン★ ピーンズチャウダー 鶏肉のはちみつ焼き キャベツとコーンのサラダ	のむヨーグルト(マスカット) ベーコン ぎゅうにゅう しるいんげんまめ なまクリーム とりにく	マーブルしょくパン じゃがいも こむぎこ あぶら バター はちみつ 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	884	35.1	
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 ぎゅうにゅう ベーコン たまご 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 にんじん ながねぎ たまねぎ コーン チンゲンサイ	786	32.7	
19金	○	五目ご飯 菜花とえのきのすまし汁 鱈のさんが焼き	とりにく あぶらあげ ぎゅうにゅう かまぼこ わかめ あじ ぶたにく たまご みそ のり	こめ あぶら さとう パンこ 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	765	36.7	
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 ぎゅうにゅう たい ぶたにく	こめ あぶら ごまあぶら 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	780	36.2	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使 えない食材です。牛 肉は牛丼とビーフト 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！
24水	○	ミルク粕パン★ ポトフ 鯛の香草パン粉焼き ダイスサラダ	ぎゅうにゅう ベーコン ワインナー さけ チーズ	ミルクパン じゃがいも オリーブあぶら パンこ 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	819	38.8	
25木	○	ご飯 かきたま汁 鶏肉の甘辛揚げ みかんゼリー★	ぎゅうにゅう とうふ たまご かまぼこ とりにく	こめ あぶら でんぶん さとう みかんゼリー	ほうれんそう ながねぎ しょうが にんにく	772	30.2	
26金	○	ビーフストロガノフ 海藻サラダ	ぎゅうにゅう なまクリーム ぎゅうにゅう かいそうミックス	こめ バター こむぎこ あぶら さとう	パセリ セロリー にんにく たまねぎ にんじん きゅうり マッシュルーム トマト キャベツ	910	28.6	
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。 ★：片付けの時にビニール袋を使う料理です。
- ◎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。
- ◎牛乳欄の「ヨ」は飲むヨーグルトです。

《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。

保護者の皆様へ 2月の献立について

