

# H31年 2月 の 献 立 表



新座市立第二中学校

日付	飲物	こ ん だ て	お も な 食 品	13時~(kcal) 13時~(g)
1 (金)	牛乳	大豆入りひじきご飯	米 麦 豚肉 油揚げ 切り干し大根 人参 ひじき 大豆 砂糖 醤油 サラダ油	815 35
		いわしの蒲焼	いわし 片栗粉 サラダ油 砂糖 みりん 醤油	
		キャベツと玉葱の味噌汁	煮干 キャベツ 玉葱 油揚げ じゃが芋 味噌	
4 (月)	牛乳	鶏ねぎ丼	米 麦 鶏肉 葱 青・赤ピーマン 糸こんにゃく(白) サラダ油 醤油 砂糖 みりん 酒 赤唐辛子 片栗粉	837 34
		具沢山味噌汁	玉葱 じゃが芋 人参 えのき ほうれん草 油揚げ 削り節(鯖・かつお) 味噌	
5 (火)	牛乳	バターライス	米 麦 塩 こしょう バター パセリ	830 28.3
		ポークビーンズ	豚肉 大豆 鶏がら 人参 じゃが芋 玉葱 しょうが にんにく サラダ油 塩 こしょう バター 薄力粉 トマトケチャップ 醤油 中濃ソース	
		海藻サラダ	海藻 ツナ 大根 きゅうり 人参 玉葱 サラダ油 ごま油 穀物酢 醤油 塩 砂糖 こしょう	
6 (水)	牛乳	豚肉ときのこの和風スパゲッティ	スパゲッティ 豚肉 酒 米サラダ油 唐辛子 ほうれん草 玉葱 ぶなしめじ エリンギ 白ワイン 塩 醤油 バター 刻みのり こしょう にんにく	840 32
		ファイバーサラダ ※ 栗とあずきのムース	大豆 人参 きゅうり ごぼう ちくわ きゃべつ 米サラダ油 酢 塩 こしょう 砂糖 白ごま 玉葱 マヨネーズ 栗甘露煮 砂糖 牛乳 全卵 小麦粉 鹿の子豆 油脂加工品 醤油 洋酒 オリゴ糖 ゼラチン ソルビトール トレハロース 着色料 酸味料 酸化防止剤VC 亜硝酸塩 pH調整剤 調整水	
7 (木)	牛乳	ドライカレー	米 麦 豚肉 玉葱 人参 にんにく 生姜 塩 こしょう 赤ワイン 砂糖 醤油	824 34.7
			ウスターソース トマトケチャップ サラダ油 小麦粉 カレー粉	
		チーズサラダ	チーズ キャベツ 人参 きゅうり サラダ油 醤油 砂糖 酢 塩 こしょう 白ごま	
8 (金)	牛乳	ピタパンサンド	ピタパン(小麦粉 砂糖 塩 イースト 乳化剤) 鶏肉 白ワイン しょうが 醤油 片栗粉	815 30.9
			キャベツ 人参 きゅうり 塩 こしょう 酢 サラダ油 砂糖 みりん	
		野菜のカレースープ	レバー入りウインナー 玉葱 人参 セロリー じゃが芋 南瓜ペースト 白ワイン 塩 こしょう カレー粉 鶏がら サラダ油	
12 (火)	牛乳	親子うどん	うどん 鶏肉 ほうれん草 人参 ねぎ 鶏卵 酒 砂糖 みりん しょうゆ 塩 片栗粉 削り節(鯖・かつお)	773 34.9
		ちくわののりごま揚げ	ちくわ(卵白不使用) 青のり 薄力粉 鶏卵 サラダ油 白ごま	
		みかん	みかん	
13 (水)	牛乳	ゆかりごはん	米 麦 ゆかり サラダ油	799 32.5
			煮干 昆布 ちくわ(卵白不使用) さつま揚げ ちくわぶ うすら卵 白こんにゃく じゃが芋 大根 塩 醤油 みりん 酒	
		胡麻和え	小松菜 人参 もやし 白ごま 醤油 砂糖 ごま油 味噌	
14 (木)	コーヒ 牛乳	スティックチョコ	スティックチョコ(ショコラシート 小麦粉 ホエイパウダー 全卵 ショートニング 砂糖 塩 イースト ビタミンC 酒麴)	778 24.9
		鶏肉のはちみつレモンソース	鶏肉 レモン 白ワイン 醤油 片栗粉 薄力粉 サラダ油 はちみつ 砂糖	
		パンブキンポタージュ	玉葱 南瓜ペースト サラダ油 バター 薄力粉 牛乳 鶏がら 塩 こしょう 生クリーム パセリ	
15 (金)	牛乳	鶏ごぼうご飯	米 麦 鶏肉 ごぼう 人参 サラダ油 砂糖 醤油 酒 塩 小松菜	794 35.2
			鰯 にんにく 洋からし 酢 醤油 薄力粉 鶏卵 パン粉 青のり サラダ油	
		ちくわサラダ	ちくわ(卵白不使用) キャベツ きゅうり 人参 コーン サラダ油 酢 醤油 塩 こしょう 洋からし	
18 (月)	牛乳	ベーコンピラフ	米 麦 バター 人参 玉葱 青ピーマン セロリー ベーコンシュルダール 塩 こしょう 白ワイン 醤油 鶏がら パセリ	803 30.9
		鶏の唐揚げ	鶏肉 酒 醤油 ごま油 生姜 にんにく 片栗粉 薄力粉 サラダ油	
		フレンチサラダ	キャベツ 人参 きゅうり コーン オリーブ油 サラダ油 酢 砂糖 塩 こしょう	
19 (火)	牛乳	キムチチャーハン	米 麦 鶏肉 サラダ油 ごま油 切り干し大根 葱 白菜キムチ 塩 こしょう 酒 醤油 豆板醤 にとら	772 27.1
		ワンタンスープ	豚肉 ワンタンの皮 生姜 にんにく 人参 もやし ねぎ 酒 醤油 塩 こしょう ごま油	
		杏仁豆腐	アガー みかん もも 砂糖 牛乳 白ワイン	
20 (水)	牛乳	マーボー丼	米 麦 木綿豆腐 豚肉 ねぎ にとら 人参 干椎茸 にんにく 生姜 酒 醤油	810 31.8
			豆板醤 砂糖 甜麺醤 鶏がら 片栗粉 ごま油	
		春雨サラダ	ハム もやし きゅうり 人参 春雨 醤油 酢 砂糖 洋からし ごま油	
21 (木)	牛乳	スパゲッティミートビーンズソース	スパゲッティ 豚肉 鶏肉 マッシュルーム 生姜 にんにく 玉葱 人参 セロリー トマトピューレ・ケチャップ 中濃・ウスターソース 食塩 こしょう 醤油 小麦粉 サラダ油 シュレットチーズ 大豆 ナツメグ	791 31.9
			キャベツ きゅうり 人参 コーン サラダ油 酢 塩 醤油 白ワイン こしょう 砂糖	
		コーンサラダ	キャベツ きゅうり 人参 コーン サラダ油 酢 塩 醤油 白ワイン こしょう 砂糖	
22 (金)	フシ ヨー リア	麦ご飯	米 麦 サラダ油	847 33.2
		鯖の味噌煮	さば 酒 生姜 葱 酢 醤油 砂糖 味噌 だし昆布 片栗粉	
		豚汁	削り節(鯖 かつお) 豚肉 ごぼう 白こんにゃく 人参 里芋 木綿豆腐 葱 味噌	
25 (月)	牛乳	味噌ラーメン	中華麺(小麦粉 食塩 かんすい) 豚肉 キャベツ もやし 葱 コーン 醤油 味噌 ラー油 ごま油 鶏がら 豚骨 背油 豆板醤 こしょう	790 29.6
		ポテトサラダ	じゃが芋 人参 塩 こしょう コーン きゅうり 酢 マヨネーズ	
26 (火)	牛乳	わかめご飯	米 麦 わかめ	787 31.1
		白身魚のフライ	ほき 塩 こしょう 小麦粉 鶏卵 パン粉 サラダ油 中濃ソース	
		ほうれん草とウインナーのソテー	レバー入りウインナー コーン ほうれん草 もやし 人参 バター サラダ油 塩 こしょう	
27 (水)	牛乳	麦ご飯 手作りふりかけ(ひじき しらす)	米 麦 芽ひじき しらす干し ごま油 わかめ 白ごま 酒 醤油 みりん	781 28.9
		肉じゃが	豚肉 こんにゃく 玉葱 人参 じゃが芋 酒 砂糖 みりん 醤油	
		キャベツの即席漬け	キャベツ 人参 塩 一味唐辛子 醤油 塩	
28 (木)	牛乳	塩焼きそば	中華麺(小麦粉 食塩 かんすい) ごま油 サラダ油 豚肉 にんにく キャベツ 葱 人参 青ピーマン きくらげ 塩 こしょ う 醤油 レモン オイスターソース	784 26.3
		南瓜のサラダ	南瓜 きゅうり 玉葱 塩 こしょう 砂糖 生クリーム マヨネーズ	
		りんご	りんご	

●献立は変更する場合があります。

●給食費・副教材費の引き落としが2月12日(火)にあります。ご協力お願いいたします。