

2月 予定献立表



石狩市厚田学校給食センター
TEL・FAX: 0133-78-2141

令和5年度

献立名	食 材			献立名	食 材		
	熱やエネルギーのもと (黄)	からだ(肉・骨)をつくる (赤)	からだの調子を整える (緑)		熱やエネルギーのもと (黄)	からだ(肉・骨)をつくる (赤)	からだの調子を整える (緑)
1日 (木)	ごはん	ごはん	ごはん	16日 (金)	ごはん	ごはん	ごはん
浜益牛丼	きび和糖 植物油 ごま	浜益牛 高野豆腐	玉ねぎ 白菜 しらたき 長ねぎ 干し椎茸 生姜 にんにく	とりのピリ辛丼	植物油 きび和糖 片栗粉	とり肉 生揚げ みそ	人参 ごぼう 白菜 長ねぎ 干し椎茸 生姜 にんにく
コーンのつまみ揚げ	植物油脂 でん粉 砂糖	たらすり身 卵【5.32%】	コーン 玉ねぎ	パンサンスー	春雨 きび和糖 ごま ごま油	ハム	人参 きゅうり もやし
清見オレンジ			清見オレンジ	パン缶			パン
筋分豆	砂糖 黒糖 小麦粉	大豆		ごはん	ごはん	ごはん	ごはん
5日 (月)	ごはん	ごはん	ごはん	19日 (月)	ごはん	ごはん	ごはん
なめこの味噌汁		とうふ 油揚げ みそ	なめこ 大根 小松菜 長ねぎ	豆腐の中草煮	きび和糖 植物油 片栗粉	ふた肉 とうふ	生姜 にんにく 人参 玉ねぎ たけのこ チンゲン菜 干し椎茸
とりのごきんり焼	パン粉 植物油脂 ごま 砂糖	とり肉		焼きぎょうざ	豚脂 でん粉 砂糖 小麦粉 植物油脂 水あめ	ふた肉 とり肉 大豆粉	キャベツ 玉ねぎ にら 生姜
ツナじゃが	じゃがいも きび和糖 植物油	ツナ	玉ねぎ 人参	白菜の華風あえ	きび和糖 ごま ごま油	とり肉	白菜 きゅうり 人参
6日 (火)	ごはん	ごはん	ごはん	20日 (火)	うどん	うどん	うどん
野菜とんこつラーメン	ラーメン 植物油	ふた肉 きわかめ	生姜 にんにく 玉ねぎ 白菜 人参 もやし 長ねぎ たけのこ	かしわうどん	きび和糖	とり肉 油揚げ つと	人参 干し椎茸 しめじ 長ねぎ
しょうゆ肉団子	パン粉 でん粉 豚脂 ごま油 砂糖 植物油	とり肉 ふた肉	玉ねぎ 生姜 りんご	野菜かき揚げ	植物油 小麦粉		玉ねぎ 人参 ごぼう 春菊
大根サラダ	きび和糖 ごま ごま油		大根 きゅうり 人参	ポテトサラダ	じゃがいも エッグフリーマヨネーズ	ハム	きゅうり 玉ねぎ
7日 (水)	ごはん	ごはん	ごはん	21日 (水)	ごはん	ごはん	ごはん
望来豚汁	じゃがいも	望来豚 とうふ みそ	つきこんにやく 人参 大根 ごぼう 玉ねぎ 長ねぎ 生姜	のりふりかけ	砂糖 ぶどう糖 でん粉	かつお節 のり	まっ茶 人参 干し椎茸 長ねぎ
いわしの生巻煮	水あめ 砂糖 でん粉	いわし		はんぺん汁		はんぺん(たら) とうふ	人参 干し椎茸 長ねぎ
炒め納豆	きび和糖 ごま油	とり肉 納豆 大豆ミート	生姜 にんにく 玉ねぎ 人参 長ねぎ	ほっけの塩焼き		ほっけ	
8日 (木)	ソフトフランス丸パン	ソフトフランス丸パン	ソフトフランス丸パン	22日 (木)	バターコッペパン	バターコッペパン	バターコッペパン
キャベツのクリーム煮	じゃがいも バター 米粉 植物油	ベーコン チーズ 牛乳	キャベツ 人参 玉ねぎ	オニオンスープ	バター	ベーコン	玉ねぎ 人参 にんにく
メンチカツ	砂糖 米粉 パン粉 でん粉 小麦粉 植物油	とり肉 ふた肉	玉ねぎ	とりのピカタ	パン粉 でん粉 砂糖 植物油脂 水あめ 小麦粉 米粉	とり肉 卵【5.9%】 チーズ	パセリ
ハートのフルーツあえ	砂糖 ぶどう糖果糖液糖 植物油脂	乳製品	みかん パイン 寒天 こんにやく みかん果汁	マカロニのクリーム煮	マカロニ 米粉 バター	とり肉 牛乳	玉ねぎ パセリ
9日 (金)	ごはん	ごはん	ごはん	26日 (月)	わかめごはん	わかめ	わかめ
どぼろ丼	きび和糖 片栗粉 植物油	望来豚 とうふ みそ	人参 ごぼう 白菜 長ねぎ 枝豆 干し椎茸 生姜 にんにく	厚揚げの味噌汁		厚揚げ みそ	大根 人参 長ねぎ
ほうれん草としめじのごまあえ	ごま ごま油		ほうれん草 もやし しめじ	さんまおなか煮	砂糖	さんま かつお節	
ミニトマト			ミニトマト	五目煮	きび和糖 植物油	ふた肉 大豆 ひじき	しらたき 人参
13日 (火)	ごはん	ごはん	ごはん	27日 (火)	ラーメン	ラーメン	ラーメン
望来豚カレー	ごはん じゃがいも バター	望来豚 脱脂粉乳 チーズ	生姜 にんにく 玉ねぎ トマト 人参 りんご	みどラーメン	植物油	ふた肉 みそ	生姜 にんにく 人参 長ねぎ 玉ねぎ もやし たけのこ
ほたてフライ	パン粉 小麦粉 でん粉 植物油	ほたて 大豆粉	※ほたてフライは、 北海道から無償で提 供されたものです。	フライドポテト	じゃがいも 植物油		
福神漬		なたまめ	大根 なす きゅうり れんこん 生姜 しそ	切干大根のナムル	ごま ごま油 きび和糖		切干大根 ほうれん草 人参
14日 (水)	ごはん	ごはん	ごはん	28日 (水)	ごはん	ごはん	ごはん
せんべい汁	せんべい	油揚げ	人参 しらたき しめじ ごぼう 長ねぎ	すき焼き煮	きび和糖 植物油	ふた肉 高野豆腐 焼きとうふ	しらたき 人参 玉ねぎ 白菜 長ねぎ
さばのみそ煮	砂糖 でん粉	さば みそ		和風さんぴら 包み焼き	鶏皮 砂糖 ごま油 ぶどう糖 ごま でん粉	とり肉 とうふ	玉ねぎ ごぼう 人参 生姜
小松菜のごまあえ	ごま きび和糖	ちくわ みそ	小松菜 もやし	きゅうりのごま酢あえ	ごま ごま油 きび和糖		きゅうり キャベツ 人参 コーン
15日 (木)	背割りパン	背割りパン	背割りパン	29日 (木)	ハヤシライス	ハヤシライス	ハヤシライス
ポテトボールスープ	じゃがいも でん粉 砂糖	ベーコン	人参 玉ねぎ パセリ	フレンチオムレツ	でん粉 砂糖 米粉 植物油	鶏卵【46.43%】	
ウインナー	砂糖	ふた肉		キャベツサラダ		ハム	人参 キャベツ
ピーマン炒め ソース味	ピーマン 植物油	望来豚	玉ねぎ 人参 キャベツ ピーマン				
いよかんゼリー	砂糖ぶどう糖果糖液糖 砂糖		いよかん果汁				

【献立表について】・牛乳(お茶)は毎日つきます。・使用している海藻類はえび・かにの生息地で採取されたものです。
都合により、献立が変更になる場合がありますことをご了承ください。・小学校のエネルギー(kcal)は、3・4年生のものを表示しています。