



2月 給食だより



	献 立	食 材			調味料	栄養価 エネルギー (kcal)	蛋白質 (g)
		熱やエネルギーのもと	からだ(肉・骨・血)をつくる	からだの調子を整える			
2 (月)	ソフトフランスパン(乳・卵なし) ポトフ かぼちゃコロッケ マカロニサラダ 大豆チョコクリーム	パン じゃが芋 じゃが芋 パン粉 小麦粉 砂糖 ラード でん粉 パーム油 揚げ油	ワインナー 濃縮乳	キャベツ 人参 玉葱 かぼちゃ 玉葱	鶏がらスープ コンソメ	697	21.1
		マカロニ 砂糖 油	大豆粉 脱脂粉乳	きゅうり 人参 玉葱	マヨネーズ風調味料(卵なし)		
		大豆			ココナバウダー		
	白飯 じゃが芋と玉葱の味噌汁 鶏肉の香味焼き もやしの和え物 節分豆	ご飯 じゃが芋 砂糖 砂糖 油	味噌 油揚げ 鶏肉 (じゃが芋 でん粉 砂糖) でん粉 砂糖 揚げ油	玉葱 人参 長葱 にんにく 生姜 ほうれん草 もやし 大豆	昆布だし 鰹だし ソース 酒 醤油 醤油 醋		
	カレーうどん 揚げ芋もち みかん	うどん 砂糖 でん粉 (じゃが芋 でん粉 砂糖) でん粉 砂糖 揚げ油	豚肉 つと	小松菜 人参 玉葱 長葱 干し椎茸	醤油 みりん 酒 カレールウ 昆布だし 鰹だし 醤油 みりん		
4 (水)	ご飯 もやしと油揚げの味噌汁 いわしのみぞれ煮 肉そぼろ	ご飯 豆腐 油揚げ 味噌 砂糖 でん粉 砂糖 油 ごま		もやし 人参 長葱 大根 白滝 ごぼう 生姜	昆布だし 鰹だし 醤油 醋 鮭エキス 昆布だし みりん 酒 醤油	747	24.2
	ご飯 ピリ辛丼 ぎょうざ 小松菜のナムル	ご飯 油 でん粉 小麦粉 水あめ でん粉 油 ごま油 豚脂	豚肉 厚揚げ つと 豚肉 鶏肉 大豆粉	キャベツ 人参 玉葱 にんにく キャベツ にら 生姜	醤油 みりん 酒 豆板醤 コチュジャン 醤油 みりん		
	コッペパン ポークブラウンシチュー フランクフルト 海藻サラダ	パン じゃが芋 小麦粉 油 フランクフルト 油 砂糖	豚肉 わかめ 基わかれ 昆布 とさかのり ふのり	人参 玉葱 エリンギ グリンピース にんにく 生姜	ワイン トマトピューレー デミグラスソース ビーフシチュールウ		
9 (月)	ご飯 大根と油揚げの味噌汁 ほっけフライ 大豆の五目煮	ご飯 パン粉 でん粉 砂糖 小麦粉 揚げ油 砂糖 油	油揚げ 味噌 ほっけ 大豆たん白 大豆 豚肉 ひじき 高野豆腐	大根 人参 長葱 人参	昆布だし 鰹だし 醤油	645	26.9
	ご飯 四川豆腐 コーンしゅうまい 春雨ともやしのごまサラダ	ご飯 でん粉 油 豚脂 でん粉 パン粉 小麦粉 砂糖 水あめ	豆腐 豚肉 魚肉 豆腐 大豆たん白	長葱 筍 人参 生姜 にんにく 干し椎茸	塩ラーメンスープ 醤油 酒 豆板醤		
	わかめご飯 すまし汁 鶏肉の生姜焼き 肉じゃが	ご飯 豆腐 つと 鶏肉 じゃが芋 砂糖 油		人参 長葱 しめじ 生姜	みりん 焼酎 酢 醤油		
16 (月)	パンズパン ミネストローネスープ キャベツメンチカツ(ソースかけ) コーンソテー	パン マカロニ じゃが芋 豚脂 砂糖 でん粉 米粉 油 揚げ油	ワインナー 鶏肉 豚肉 大豆たん白	キャベツ 玉葱 人参 バセリ トマト キャベツ 玉葱	鶏がらスープ ケチャップ コンソメ 醤油 ソース	631	24.1
	ご飯 中華スープ にらまんじゅう ピーマンと厚揚げの炒め煮	ご飯 豚脂 小麦粉 砂糖 でん粉 砂糖 油	豚肉 豆腐 豚肉 大豆粉 厚揚げ	長葱 ほうれん草 人参 にら キャベツ 長葱 にんにく 生姜	鶏ガラスープ 醤油ラーメンスープ 醤油		
	ミートソーススパゲティ わかめとキャベツのサラダ 黄桃缶	スパゲティ 砂糖 小麦粉 油	豚肉 大豆	ピーマン 生姜 こんにゃく	ケチャップ トマトピューレー ソース デミグラスソース ワイン スープストック		
19 (木)	ご飯 味噌おでん 味付肉団子 白菜のお浸し	ご飯 さつま芋 砂糖 豚脂 砂糖 油 でん粉 ごま油	厚揚げ 味噌 昆布 豚肉 牛肉 大豆たん白 鶏肉	大根 人参 こんにゃく 干し椎茸 ふき 玉葱 白菜 もやし 人参	醤油 みりん 鰹だし りんごジュース ケチャップ 醤油 醋	636	20.2
	ご飯 キャベツと油揚げの味噌汁 さばの塩焼き 大根の煮物 納豆	ご飯 油揚げ 味噌 さば 砂糖					
	ご飯 チンゲン菜スープ 豆腐バーグジンジャーソース チンジャオロース	ご飯 じゃが芋 (豚脂 でん粉 砂糖)砂糖 でん粉	ベーコン (豆腐 鶏肉 大豆たん白)	干し椎茸 チンゲン菜 人参 長葱 (玉葱)生姜	鶏ガラスープ 塩ラーメンスープ (みりん)醤油 酒		
25 (水)	五目うどん ピザロール ミニトマト	うどん 砂糖 小麦粉 粉あめ でん粉 油 砂糖 揚げ油	鶏肉 油揚げ 竹輪 高野豆腐	小松菜 人参 長葱 干し椎茸	醤油 酒 みりん 昆布だし 鰹だし	660	28.6
	ご飯 豚汁 ほっけの塩焼き 切干大根の炒め煮	豚肉 豆腐 味噌 ほっけ 油 砂糖	チーズ ゼラチン 大豆たん白	玉葱 ピーマン 筍 生姜 にんにく	コンソメ 酒 トマトペースト		
	ご飯 ボーカレー 鶏肉のレモン焼き きゅうりの昆布和え	ご飯 じゃが芋 油 鶏肉 昆布		ミニトマト			

※牛乳は毎日きます。

※揚げ油はなたね油を使用しています。

※物資の都合等により、献立や材料の一部を変更する場合がありますのでご了承ください。

※食物アレルギー食品の確認には、「詳しい献立表(アレルギー表)」をご覧ください。

※箸は、清潔なものを持参しましょう。

※恵庭市HPに学校給食で使用している食材の産地について掲載しております。

当月平均値(基準値)
エネルギー 653 Kcal(650)
たんぱく質 26g (26.8)

献立で表示されているのは
中学年(3, 4年生)の栄養価です。