

2月の給食目標は「寒さに負けない体づくり」



学校給食予定献立表



ふれあいだて歴史の杜食育センター
だて食育レストラン『eスプーン』
※facebook公開中!!

令和5年度 第594号

だて歴史の杜食育センター TEL 0142-23-4019

月		火		水		木		金																				
献立名	材料名	献立名	材料名	献立名	材料名	献立名	材料名	献立名	材料名																			
<p>【お知らせ】 学校給食費の保護者等負担支援(給付金)に お申し込みされた保護者のみなさまへ 給付金の支給を3月に予定しております。給付金は、学校給食費を滞りなく納めていただいている方にお支払いいたします。 口座の残高不足等で完納が確認できない場合は、給付金を受けられませんのでご注意ください。</p>		<p>2月分の給食費の 口座振替日は 2月29日(木)です。 ※残高不足にご注意下さい</p>		<p>塩分・脂質平均栄養価は</p> <table border="1"> <tr> <td>エネルギーKcal</td> <td>塩分g</td> <td>脂質g</td> </tr> <tr> <td>低学年 645</td> <td>2.3</td> <td>23.3</td> </tr> <tr> <td>中学年 682</td> <td>2.5</td> <td>23.9</td> </tr> <tr> <td>高学年 713</td> <td>2.6</td> <td>24.5</td> </tr> <tr> <td>中学生 779</td> <td>3.0</td> <td>25.8</td> </tr> </table>		エネルギーKcal	塩分g	脂質g	低学年 645	2.3	23.3	中学年 682	2.5	23.9	高学年 713	2.6	24.5	中学生 779	3.0	25.8	<p>1 揚げパン (ココア味) コンソメスープ チキンロイヤルカツ</p>		<p>(低)551 (中)561 (高)572 (中学)639 低18.5 中19.0 高19.4 中学21.6 小麦粉、上白糖、卵、食塩、バター 生イースト、ルヴァン酵母、脱脂粉乳 ミルクココア、揚げ油 【卵、乳、小麦】 ショルダーベーコン【豚肉】、じゃがいも、玉葱 人参、にんにく、オリーブ油、食塩、こしょう パプリカ、チキンコンソメ、ブイヨングラニュー 鶏肉、トマトケチャップ、玉葱、砂糖、白ワイン、りんご 食塩、たん白加水分解物、にんにく、豆板糖、酵母エキス パン粉、オニオンパウダー、ナツメグパウダー デキストリン、しょうゆ、粒状植物性たん白、香辛料 でん粉、小麦粉、ぶどう糖、植物油、揚げ油 【鶏肉、りんご、大豆、小麦】</p>		<p>2 ちらし寿司 大根と油揚げの味噌汁 メンチカツ きゅうりとツナの和風サラダ 節分豆</p>		<p>イベント食「節分(2/3)の日」 (低)679 (中)725 (高)769 (中学)835 低24.9 中26.0 高27.2 中学29.8 人参、れんこん、かんぴょう、椎茸、たけのこ、醸造酢 砂糖、還元水あめ、みりん、食塩、しょうゆ たん白加水分解物、こんぶエキスパウダー かつお節パウダー【小麦、大豆、りんご】 大根、刻み揚げ、人参、かつおだし、みそ 豚肉、鶏肉、キャベツ、玉葱、粒状植物性たん白、パン粉 しょうゆ、砂糖、食塩、香辛料、小麦粉、コーンフラワー 植物油【小麦、大豆、鶏肉、豚肉】 きゅうり、まぐろ水煮、人参 ごま香るうま塩ドレッシング【ごま、大豆】 大豆、砂糖、寒梅粉、小麦粉、でん粉、黒糖液 食用加工油脂【小麦、大豆】</p>	
エネルギーKcal	塩分g	脂質g																										
低学年 645	2.3	23.3																										
中学年 682	2.5	23.9																										
高学年 713	2.6	24.5																										
中学生 779	3.0	25.8																										
<p>5 ごはん 肉じゃが煮 いわしの味噌煮 大根サラダ</p>		<p>(低)624 (中)675 (高)722 (中学)785 低27.9 中29.3 高30.8 中学33.0 豚肉、じゃがいも、人参、玉葱 さやいんげん、つきこんにやく 三温糖、しょうゆ みりん、清酒 いわし、みそ、砂糖、食塩 発酵調味料【大豆】 大根、きゅうり ポークハム【豚肉】 和風玉葱ドレッシング 【小麦、大豆】</p>		<p>6 ごはん 沢煮 照り焼きチキン きゅうりの胡麻マヨ和え</p>		<p>(低)544 (中)585 (高)623 (中学)664 低20.8 中21.6 高22.3 中学23.4 豆腐、人参、大根、たけのこ水煮 しょうゆ、かつおだし、清酒 みりん、食塩 鶏肉、しょうゆ、発酵調味料、砂糖 加工澱粉(タピオカ) 【小麦、大豆、鶏肉】 きゅうり、コーン、ささみ水煮 白すりごま、しょうゆ、上白糖 ノンエッグマヨネーズ</p>		<p>7 茹でラーメン 塩ラーメン たこでたこ焼き</p>		<p>(低)550 (中)589 (高)599 (中学)662 低26.1 中28.1 高29.1 中学32.6 チャーシュー 【小麦、大豆、豚肉】、ほうれん草 もやし、長ねぎ、水煮メンマ こしょう、チンタンスープ 塩ラーメンたれ【小麦、大豆、 鶏肉、豚肉、ゼラチン、りんご】 たこ、かつおだし、小麦粉、ねぎ キャベツ、揚げ玉、植物油、砂糖 生姜酢漬、食塩【小麦、大豆】</p>		<p>8 コッペパン ミネストローネ 野菜いろいろ肉団子 ブロッコリーのサラダ ディズニー型抜きチーズ</p>		<p>(低)603 (中)611 (高)618 (中学)711 低26.0 中26.7 高27.1 中学30.3 ショルダーベーコン【豚肉】、じゃがいも、キャベツ 玉葱、人参、さやいんげん、ダイストマト、白ワイン トマトケチャップ、食塩、こしょう、チキンコンソメ ブイヨングラニュー 鶏肉、玉葱、粒状植物性たん白、豚肉、人参、枝豆 水溶性食物繊維、生薬、キャベツ、食塩、香辛料 酵母エキス、砂糖、揚げ油、トマトケチャップ、食酢 小麦不使用しょうゆ、トマトペースト ウスターソース、トマトミックスジュース りんごジュース、人参ペースト 【鶏肉、大豆、豚肉、ごま、りんご】 ブロッコリー、コーン コーンクリーミードレッシング ナチュラルチーズ【乳】</p>		<p>9 ごはん 豆腐と長ねぎの味噌汁 ぶりフライ 手作りソース きんぴらごぼう</p>		<p>(低)630 (中)671 (高)713 (中学)758 低20.5 中21.5 高22.4 中学23.6 豆腐、長ねぎ、カットわかめ かつおだし、みそ ぶり、小麦粉、シヨードニゲライ麦粉 イーストフード、こしょう、揚げ油 コーンフラワー、ぶどう糖 【小麦、大豆】 トマトケチャップ、ウスターソース 中濃ソース、しょうゆ、みりん、三温糖 ごぼう、人参、白ごま、三温糖、しょうゆ みりん、清酒、ごま油</p>										
<p>振替休日</p>																												
<p>13 麦入りごはん 大滝産きのこ入スープ 黄金豚の韓国風プルコギ丼</p>		<p>(低)706 (中)750 (高)793 (中学)836 低23.2 中24.1 高25.1 中学26.2 大滝産きのこミックス(なめこ、椎茸 しめじ、白しめじ、食塩)、豆腐、長ねぎ 生姜、白ごま、食塩、こしょう みりん、鶏ガラスープ 塩ラーメンスープの素 【小麦、大豆、鶏肉、豚肉、ごま】 豚肉、玉葱、人参、もやし、にんにく 生姜、オイスターソース、コチジャン 【大豆、魚介類、清酒、みりん しょうゆ、三温糖、白ごま、ごま油、でん粉】</p>		<p>14 茹でうどん 関西風うどん ハートの海鮮お好みフライ ハートのプリン 飲むヨーグルト(牧家)</p>		<p>(低)702 (中)739 (高)750 (中学)811 低29.7 中31.4 高32.6 中学36.0 豚肉、刻み揚げ、玉葱、人参、長ねぎ 清酒、みりん、食塩、関西うどんだし 【小麦、大豆】 助宗鱧すり身、キャベツ、たこ、でん粉、砂糖 食塩、発酵調味料、紅生姜、アオサ粉、パン粉 小麦粉、大豆たん白、とうもろこしでん粉 菜種油【小麦、大豆】 豆乳加工食品、果糖ぶどう糖液糖、ぶどう糖 グラニュー糖、ココアパウダー、でん粉【大豆】 ※この日は牛乳の代わりに飲むヨーグルトが 付きます。※伊達産の生乳を使用!</p>		<p>15 スライスパン ABCマカロニとチキンのスープ エビカツ 小袋タルタルソース 千切りキャベツ</p>		<p>(低)607 (中)616 (高)627 (中学)693 低27.0 中28.0 高28.7 中学32.0 アルファベットマカロニ【小麦】、鶏肉、人参 玉葱、ミックスビーンズ(黄大豆、青大豆 手し、金時豆)、にんにく、パセリ、こしょう オリーブ油、食塩、チキンコンソメ ブイヨングラニュー えび、いか、玉葱、小麦粉加工品、砂糖 乾燥卵白、食塩、パン粉、小麦粉、でん粉 粉末油揚げ、菜種油、大豆たん白、卵黄粉 【乳、乳、小麦、大豆、えび、いか】 キャベツ</p>		<p>16 ごはん おでん 黄金豚の生姜焼き 白菜のおひたし</p>		<p>イベント食「伊達中2年生考案献立」 (低)615 (中)662 (高)708 (中学)763 低27.5 中28.7 高29.8 中学32.0 こんにゃく、人参、大根 うずら卵、焼き豆腐 野菜つまみ揚げ【大豆】、みりん しょうゆ、かつおだし、三温糖 豚肉、生姜焼きのたれ 【小麦、大豆】 白菜、しょうゆ、三温糖 削り節ふりかけ用【さば】</p>														
<p>19 麦入りごはん すき焼き丼 キャベツと人参のごま和え はちみつレモンゼリー</p>		<p>イベント食「星の丘中3年生考案献立」 (低)641 (中)691 (高)742 (中学)803 低24.1 中26.2 高28.2 中学31.3 豚肉、豆腐、しらたき、玉葱 長ねぎ、三温糖、みりん 清酒、かつおだし、しょうゆ キャベツ、人参、白すりごま 三温糖、しょうゆ 水あめ、果糖ぶどう糖液糖 レモン果汁、はちみつ</p>		<p>20 わかめごはん 玉葱と油揚げの味噌汁 あじフライ 小袋ソース 無限!白菜!!</p>		<p>イベント食「長和小学6年生考案献立」 (低)671 (中)718 (高)765 (中学)823 低22.3 中23.7 高24.8 中学26.7 わかめ、還元水あめ、食塩 昆布エキス、酵母エキスパウダー 玉葱、刻み揚げ、長ねぎ かつおだし、みそ あじ、パン粉、小麦粉、食塩【小麦】 【大豆、りんご】 白菜、白ごま、ラー油【ごま】、ごま油 にんにくパウダー、鶏ガラスープ、しょうゆ</p>		<p>21 茹でスパゲティー 岩のリクリームスパゲティー ソフトイカリングフライ 2コ</p>		<p>(低)658 (中)705 (高)724 (中学)807 低32.3 中34.7 高36.0 中学40.1 のり、鶏肉、たまねぎ、コーン しめじ水煮、食塩、バター、チーズ 白ワイン、食塩、こしょう チキンコンソメ、ベジタブルソース ホワイトルウ【乳、小麦、大豆、豚肉】 いか、パン粉、小麦粉、食塩、全卵 ファットスプレッド 粉末状植物性たん白、亜鉛含有酵母 たん白加水分解物、香辛料 揚げ油 【卵、いか、小麦、大豆、ゼラチン】</p>		<p>22 コッペパン ビーフシチュー チキンのオープン焼き(チーズ) スパゲティーサラダ</p>		<p>(低)892 (中)928 (高)961 (中学)1111 低30.0 中30.5 高31.1 中学34.8 牛肉、玉葱、じゃがいも、ダイストマト ウスターソース、生クリーム、赤ワイン、食塩 こしょう、チキンコンソメ、トマトケチャップ デミグラスソース、ビーフシチュールウ 【乳、小麦、大豆、牛肉、鶏肉、豚肉、バナナ、ゼラチン、りんご】 鶏肉、植物油、パン粉、チーズ、砂糖 粉末状植物性たん白、しょうゆ、食塩 乳たん白、酵母エキス、乾燥赤ピーマン 乾燥パセリ、香辛料、塩こうじ 【乳、小麦、大豆、鶏肉】 ハーフスパゲティー【小麦】、人参、きゅうり すし酢【小麦】、ノンエッグマヨネーズ サラダ油、上白糖、食塩、こしょう</p>														
<p>26 麦入りごはん 受験に勝つ!カレー やわらかとんかつ</p>		<p>イベント食「受験応援!給食」 (低)758 (中)819 (高)881 (中学)962 低27.9 中29.6 高31.6 中学34.2 鶏肉、じゃがいも、玉葱、人参、にんにく フライドオニオン、トマトピューレー 豆乳クリーム、赤ワイン、ウスターソース チキンコンソメ、カレールウ 【小麦、大豆、鶏肉、牛肉、バナナ】 豚肉、食塩、ぶどう糖、パン粉 でん粉、大豆粉、植物油 【豚肉、小麦、大豆】 カレーに とんかつを のせて食べよう!</p>		<p>27 ごはん すまし汁 近江牛コロッケ 豚肉とキャベツの塩だれ炒め 飲むヨーグルト(牧家)</p>		<p>(低)632 (中)676 (高)719 (中学)769 低23.6 中25.5 高27.2 中学30.0 長ねぎ、大根、人参、かつおだし 鯛だし、【小麦、さば、大豆】 食塩、清酒 じゃがいも、近江牛、玉葱、砂糖、しょうゆ 乾燥マッシュポテト、大豆油、食塩、香辛料 パン粉、米粉、小麦粉【小麦、大豆、牛肉】 豚肉、キャベツ、生姜 清酒、塩たれ 【小麦、ごま、ゼラチン、大豆】 ※この日は牛乳の代わりに飲むヨーグルトが 付きます。※伊達産の生乳を使用!</p>		<p>28 茹でラーメン 長崎ちゃんぽん ショーロンポー 2コ</p>		<p>(低)622 (中)665 (高)676 (中学)742 低30.8 中33.3 高34.4 中学38.4 焼き豚【卵、乳、小麦、大豆】、むきえび、いか うずら卵、キャベツ、長ねぎ、もやし、食塩 きくらげ、こしょう、長崎ちゃんぽんスープ チンタンスープ、白湯スープ【乳、小麦、 ゼラチン、大豆、鶏肉、豚肉、牛肉、ごま】 豚肉、鶏肉、キャベツ、玉葱、生姜、豚脂 たけのこ、難消化性デキストリン 春雨、しょうゆ、でん粉、砂糖、植物油 かきエキス調味料、発酵調味料 食塩、香辛料、小麦粉、小麦グルテン 【小麦、大豆、ごま、鶏肉、豚肉】</p>		<p>29 スライスパン ジュリアンスープ 網焼きハンバーグ(照り焼き) じゃがいものハニーマスタード炒め いちご&マーガリン</p>		<p>(低)574 (中)574 (高)579 (中学)625 低23.3 中23.3 高23.5 中学25.0 人参、玉葱、キャベツ、白ワイン、食塩 こしょう、チキンコンソメ ブイヨングラニュー 鶏肉、玉葱、ペースト状植物性たん白、パン粉 豚脂、粒状植物性たん白、マーガリン、しょうゆ 牛肉エキス、食塩、ウスターソース トマトケチャップ、生姜、砂糖、香辛料 ぶどう糖、乾燥卵白、水あめ、清酒、チキンエキス 【卵、乳、小麦、大豆、鶏肉、豚肉、りんご】 じゃがいも、ウィンナー【鶏肉、豚肉、大豆】 サラダ油、上白糖、食塩 ハニーマスタードソース【りんご】 水あめ、砂糖、いちご、バナナ、マーガリン、食塩 食用植物油、食用精製加工油脂【乳、大豆】</p>		<p>●牛乳は毎日つきます。 ●都合により献立の一部を変更する場合があります。 ●食料上段の数字は、上がエネルギー(Kcal)、下がたんぱく質(g)です。 ●お魚には骨が付いている場合もあります。ささらないように取り除くなど 注意して食べましょう。 ●お玉、トング、ごはんへらは食具専用かこの中に入れてください。 ※食物アレルギーの表記について ●■の中に日付が書いてある日は、卵・乳が使われている献立です。 ●【 】内に特定原材料及び特定原材料に準ずるアレルゲンを記載して います。 ●茹でスパゲティーは、同一製造ラインで、卵、そばを使用する製品を 製造しています。 ●スライスパンは、同一製造ラインで、卵を使用する製品を製造しています。</p>												

