[献立予定表 | 2月]

(A) 福井市学校給食センター

	Ī	ア	レルク	アン	材料の名前と働き				(A) 福井市学校給食センター			
B	献立名	小	ជន		主に体の組織を作ります。	する食品群(赤) 2群	主に体の調子を整える食品群(緑) 3群 4群		主にエネルギーとな 5群	(kcal) たんぱく質		
		麦		乳 -	魚・肉・卵・大豆	生乳・乳製品 小魚・海藻	緑黄色野菜	その他の野菜果物	米・パン・麺 いも・砂糖	6群 油脂	(g) 小学校 中学校	
									こめいも・砂糖	-	小子枚	中子权
	ふくい名水サーモンポテト衣フライ	ļ	 	ļ 	ふくい名水サーモン		-		じゃがいも こめこ	あげあぶら	613	727
B	大根と水菜のサラダ	ļ	 	ļ			みずな	だいこん きゅうり		野菜いっぱい	24.7	29.0
		ļ	 	ļ	うちまめ あぶらあげ		にんじん	はくさい まいたけ ねぎ	さといも	ドレッシング	24.7	27.0
(月)	福井のめぐみ汁	ļ		ļ	みそ	牛乳						
	牛乳			0		170			ె. త			
	ごはん (小学校)		ļ	ļ								
2	プラスコッペパン(中学校)	0	<u> </u>	<u></u>					パン		600	812
日	ハンバーグのケチャップソース				ぶたにく とりにく だいずたんぱく			たまねぎ	でんぷん さとう じゃがいも	ラード だいずあぶら	22.5	32.0
(火)	マッシュポテト								じゃがいも			
	洋風スープ		ļ		ぶたにく		にんじん	たまねぎ キャベツ セロリ しめじ				
	牛乳	ļ	†	0		牛乳	-					
	ごはん								2.8b			
3	さわらのゆず醤油だれ	ļ	 		さわら		-	ゆずかじゅう	さとう でんぷん		570	675
B	お浸し	ļ	 	ļ			ほうれんそう	きりぼしだいこん もやし	さとう	<u> </u>	26.0	30.8
	揚げのみそ汁	ļ	 	ļ	あつあげ みそ		にんじん	たまねぎ ほししいたけ	さといも		20.0	30.8
(水)		ļ	ļ .	<u> </u>		牛乳		ねぎ		ļ		
	牛乳			0		1 30			ె. త			
	ごはん	ļ	.	ļ				1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1	パンこ でんぷん さとう			
4	肉しゅうまい	0	<u> </u>	<u> </u>	ぶたにく			たまねぎ しょうが	こむぎこ みずあめ		668	816
日	マーボー豆腐		<u> </u>		とうふ ぶたにく みそ		にんじん	しょうが にんにく ねぎ たまねぎ	さとう でんぷん		28.6	34.5
(木)	野菜とウインナーのソテー		Ī		カットウインナー		にんじん ピーマン	キャベツ もやし		あぶら		
	牛乳			0		牛乳						
	ごはん	歯ツ	ピー	給食					ಾ ಶ			
5	しいらのコロコロ揚げ	ļ	†		Lvs				さとう でんぷん	あげあぶら	606	729
В	小松菜の煮浸し			ļ 	あぶらあげ		にんじん こまつな	もやし			30.4	36.6
	のっぺい汁	ļ	 	ļ	とりにく あつあげ		にんじん	ごぼう こんにゃく ねぎ	でんぷん			00.0
\			ļ			牛乳	-					
6.2	牛乳			0					z w			
	ごはん	ļ	ļ	ļ	ちくわ					ノンエッグマヨネーズ		
8	ちくわのカレーマヨネーズ焼き	ļ	ļ	ļ			15 / 10 /	4 + 4 + 4 + 4 + 4 + 4 + 4 + 4 + 4 + 4 +	21.23 -01/ No.1	77297 43 4-X	666	808
	豆腐の五目煮	ļ	<u> </u>	ļ	ぶたにく とうふ		にんじん	たまねぎ たけのこ ほししいたけ こんにゃく	さとう でんぶん		25.9	31.9
(月)	れんこんの甘辛炒め	<u> </u>			ベーコン		にんじん	れんこん	さとう	ごま あぶら		
	牛乳			0		牛乳						
	ごはん								ె ట			
9	メンチカツ	0	†	<u> </u>	ぶたにく だいずたんぱく			たまねぎ	さとう でんぷん パンこ こむぎこ	あぶら あげあぶら	656	778
日	野菜のごま油炒め	ļ	†·····	ļ 		-	にんじん	キャベツ もやし		ごまあぶら	26.2	30.3
(火)	豚汁		 	ļ 	ぶたにく あぶらあげ		にんじん	しょうが たまねぎ	さといも			
()	牛乳			0	みそ	牛乳		だいこん ねぎ				
	ごはん	坐	塩給	_					ට හ			
	肉団子	18	一直和自	戊	 とりにく だいずたんぱく			たまねぎ にんにく しょうが	さとう	ラード ごまあぶら	610	E 4.0
10	い国工	ļ	ļ.	 	ぶたにく かきエキス とりにく ちくわ		にんじん	りんごジュース こんにゃく ほししいたけ	さとう	あぶら	610	748
日	筑前煮				2112			たけのこ れんこん ごぼう			25.0	30.4
(水)	ディノケールの炒め物			ļ			にんじん ディノケール	だいこん キャベツ もやし		あぶら		
全 塩	牛乳	ļ	†	0		牛乳					1	
		鉄た	つぷ	り給	食				ం			
	いわしのおかか煮		1		いわし かつおぶし	-			さとう でんぷん	-	604	719
	白菜のごま酢あえ	ļ	 	ļ		_	こまつな にんじん	はくさい	さとう	すりごま ごまあぶら	25.1	29.3
	じゃがいものみそ汁	ļ	.	 	あぶらあげ みそ		にんじん	たまねぎ ねぎ	じゃがいも		23.1	27.3
		ļ	ļ .	<u> </u>		牛乳		_		ļ		
	牛乳			0		() (+ 盾材料と)]					

^{■「}えび」「かに」「そば」「落花生」「くるみ」(コンタミを除く)は原材料として使用していません。 ■物資の都合により献立を変更する場合があります。 ■ごま油・大豆油を除き、植物油は「あぶら」と表記しています。 ■「しょうゆ」由来のアレルゲン(小麦)は表示しません。 ■加工品の工場コンタミは載せませんので、詳しい内容を知りたい方は、学校へ加工品の成分表をご希望ください。

[献立予定表 | 2月]

(A)

福井市学校給食センター

	小麦地場	卵 金プ・		主に体の組織を作 「群 魚・肉・卵・大豆 フン給食 とりにく ベーコン カットウインナー だいず いんげんまめ とうにゅう	る食品群(赤) 2群 牛乳・乳製品 小魚・海藻		科の名前と働き 整える食品群 (練) 4群 その他の野菜 果物 もやし エリンギ キャベツ たまねぎ セロリ	主にエネルギーと 5群 米・パン・麺 いも・砂糖 こめ マーマレード でんぷん	2なる食品群(黄) 6群 油脂	エネル (kc たんに (g 小学校	al) ぱく質
ばはん ま 鳥肉のマーマレードソース エリンギのソテー 豆入りミネストローネ さつまいもプリン +乳 長ごはん カレーシチュー 毎そうサラダ 福神 漬 ト乳	麦		ラス「	魚・肉・卵・大豆 フン給食 とりにく ベーコン カットウインナー だいず いんげんまめ	牛乳・乳製品 小魚・海藻	緑黄色野菜 ほうれんそう にんじん	その他の野菜 果物	米・パン・麺 いも・砂糖 こめ		小学校	9)
	也場及	産プラ		フン給食 とりにく ベーコン カットウインナー だいず いんげんまめ		ほうれんそう にんじん	もやし エリンギ	ె ట			中学校
	B · 场 k	生ノ		とりにく ベーコン カットウインナー だいず いんげんまめ	半乳			マーマレード でんぷん		676	
エリンギのソテー 主入りミネストローネ まつまいもプリン F乳 長ごはん カレーシチュー 毎そうサラダ 晶神漬 F乳			0	カットウインナー だいず いんげんまめ	牛乳					676	
三入りミネストローネ *つまいもプリン +乳 きごはん ウレーシチュー 毎そうサラダ 晶神漬 +乳			0	カットウインナー だいず いんげんまめ	牛乳				1	25.7	807
ドつまいもプリン +乳 長ごはん カレーシチュー 毎そうサラダ 晶神漬 +乳			0	いんげんまめ	牛乳		Trivi / /catac CD /				31.0
+乳 きごはん カレーシチュー 毎そうサラダ 晶神漬 +乳			0	とうにゆう 	牛乳				2.503		
きごはん カレーシチュー 毎そうサラダ 届神漬 ト乳			0		牛乳	.		さつまいも さとう	あぶら		
ウレーシチュー 毎そうサラダ 届神漬 					l						ı
毎そうサラダ 届神漬 								こめ むぎ			1
届神漬 Ͱ乳				とりにく		にんじん	たまねぎ しょうが にんにく	じゃがいも	カレールウ	603	715
=乳					わかめ		きゅうり もやし		青じそドレッシング	23.6	27.3
						しそ	だいこん なす きゅうり しょうが				
			0		牛乳		02,74				
プラスコッペパン(小学校)	0							パン	-		
ごはん(中学校)								ಾ ಶ		605	696
				ぶたにく			しょうが たまねぎ	さとう でんぷん			29.4
				ベーコン		にんじん	もやし とうもろこし		あぶら	28.0	27.4
				カットウインナー		にんじん	はくさい たまねぎ	じゃがいも			
					牛到.						
			0		1 35			7 M			
ごはん								_ a)			
尭きさば										590	701
5.目きんぴら									ごま あぶら	26.6	31.1
里芋のみそ汁				あぶらあげ みそ		にんじん	ねぎ だいこん	さといも			
			0		牛乳						
ごはん								౽ め			
鳥肉のから揚げ				とりにく				でんぷん	あげあぶら	631	747
チャベツの炒め物				ベーコン		にんじん	キャベツ もやし			24.8	29.0
けんちん汁				とうふ		にんじん	だいこん こんにゃく		ごまあぶら		
			0		牛乳		C137 74.5				
	t. Z	ナレジ	Ľ.					2 ట			
		CC1		<u>ಪ</u> ್ರ				パンこ でんぷん	あげあぶら		
	0					こまつな にんじん	キャベツ				730
								*シハま		26.4	30.8
				みそ	# BI		3 3. 120				
=乳			0								
つかめごはん	冬	至約	食		わかめ						
きわらのごまみそだれ									すりごま	623	743
冬至なんきん				あずき		かぼちゃ		さとう		28.1	33.2
豆腐のすまし汁				とうふ かまぼこ		にんじん	たまねぎ ねぎ				
			0		牛乳						
ユーンピラフ ドリー	-ムラ	シチ		ベーコン		にんじん	たまねぎ とうもろこし	こ め	あぶら		
ナムレツのトマトソース		0		たまご			たまねぎ	でんぷん さとう	あぶら だいずあぶら	651	757
コールスロ―サラダ					<u></u>	にんじん	キャベツ きゅうり		コールスロー	21.7	25.2
				ぶたにく			だいこん たまねぎ		トレッシング	,	
C 191 >				とうにゅう			はくさい	さとう こめこ	あぶら ココア		
253/1			ļ	とうにゅう だいずこ			いちごビューレー	さとう こめこ	だいずあぶら		
し スティックケーキ		ļļ			牛乳.		レモンかじゅう				
5 5 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1	正目きんびら 型学のみそ汁 一乳 ではん 胸のから揚げ キャベツの炒め物 かんちん汁 一乳 ではん ボリミンチカレーフライ 青菜のおかか炒め 小ぶのみそ汁 一乳 かかごはん をわらのごまみそだれ をなんきん 理腐のすまし汁 一乳 コーンピラフ ドリー ドリー ドリー ドリー ドリー ドリー ドリニンチカレーフラグ ジョンチカレーフラグ ジョンチカレーフラグ ジョンチカレーフラグ ジョンデュリアンスープ 選択 「ガトーショコラ デザート いちごの	がしとコーンのソテー ・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・	pやしとコーンのソテー P菜たっぷりスープ F乳 だはん 語きさば 語目きんぴら 選挙のみそ汁 F乳 ではん 鳴肉のから揚げ ヤベツの炒め物 けんちん汁 F乳 だはん ぶりミンチカレーフライ 「茶のおかか炒め ハぶのみそ汁 F乳 かめごはん 冬至約 「おわらのごまみそだれ 「なんきん 「これらのごまみそだれ 「なんとん 「なんきん 「これらのごまみそだれ 「なんとん 「ないのすまし汁 「乳 「コーンピラフ 「エーンピラフ 「エーンピラフ 「エーンピラフ 「エーンピラフ 「ボザート 「いちごの スティックケーキ 「ボザート 「いちごの スティックケーキ	Pやしとコーンのソテー P菜たっぷりスープ F乳 (はん ききさば 正目きんぴら 三学のみそ汁 F乳 (はん 鳥肉のから揚げ ヤベツの炒め物 けんちん汁 F乳 (はん ふるさと給食 ぶりミンチカレーフライ 「菜のおかか炒め ハぶのみそ汁 F乳 のかめごはん 冬至給食 にわらのごまみそだれ 暴空なんきん 正腐のすまし汁 F乳 コーンピラフ ドリームランチ トムレツのトマトソース コールスローサラダ ジュリアンスープ 選択 デザート 「いちごの スティックケーキ	A	PRODUCTION	Page Page	PAD	A	RAD PATE PATE	1

◎今月の主な平均栄養価 熱量 623kcal たんぱく質 25.8g 脂質 19.2g 炭水化物 91.5g 食塩相当量 2.3g (小) 熱量 748kcal たんぱく質 30.7g 脂質 22.2g 炭水化物 111.9g 食塩相当量 2.9g (中)