

2月予定献立表

－好き嫌いせず感謝して食べよう－

実施回数 18回 平均エネルギー 785kcal
平均たんぱく質 27.8g

加古川市教育委員会
神野台学校給食センター

日	3日（月）	4日（火）	5日（水）	6日（木）	7日（金）	10日（月）	12日（水）	13日（木）	14日（金）	17日（月）
献立	節分メニュー □麦ご飯（小） 鰯のかば焼き丼（具） ●牛乳 人参しりしり すまし汁 ※節分豆	□ご飯（小） ●牛乳 鶏肉のスタミナ焼き 白菜と水菜の煮浸し 豚汁	□ご飯（小） ●牛乳 金時豆のかき揚げ ちゃんこ 福神漬け	□麦ご飯（小） ●牛乳 含め煮 ほうれん草のごま和え かつおふりかけ	□ご飯（小） ●牛乳 チキンカツ ブロッコリーサラダ マヨネーズタイプドレッシング コーン卵スープ	□ご飯（極小） ●牛乳 焼きそば ※ししゃものから揚げ フルーツミックス のり佃煮	□ご飯（小） ●牛乳 すき焼き ちくわの磯辺揚げ さつま芋の天ぷら 味付けのり	□ご飯（小） ●牛乳 ホキのみぞれかけ さつま汁 ひじきふりかけ	□麦ご飯（小） ツナコーンライス（具） ●牛乳 平つくね焼き ケチャップ（チューブ） 野菜スープ チョコドーナツ	□ご飯（小） ●牛乳 ビーンズシチュー 野菜ソテー いよかん
副食材料	□大麦 □強化米 ○いわし開き 1切 塩・こしょう □でんぶ ■揚げ油 ■砂糖 みりん・濃口しょうゆ ■白ごま □でんぶ ○卵 △人参 ▲とうもろこし ▲まぐろ油漬け みりん・薄口しょうゆ ■白ごま油 ○かまぼこ ○豆腐 ▲玉ねぎ △人参 ▲えのきたけ □汁 △ねぎ 塩・薄口しょうゆ 煮干しだし だし昆布 1袋 ○節分豆	○鶏肉 ▲玉ねぎ △ねぎ 塩・こしょう ▲にんにく 濃口しょうゆ □砂糖 酒・みりん 味唐辛子 ○油揚げ △白菜 △水菜 □砂糖 薄口しょうゆ 濃口しょうゆ 煮干しだし ○豚肉 ○油揚げ △人参 ▲玉ねぎ □じゃが芋 ▲大根 煮干しだし ○みそ	○いか ○ちくわ ○金時豆水煮 □さつま芋 △人参 □小麦粉 塩 ■揚げ油 ○鶏肉 ○豚肉 □うどん ○焼き豆腐 ▲白菜 △人参 △かまぼこ ○油揚げ ▲しめじ ▲白ねぎ △ねぎ 塩 薄口しょうゆ 酒・みりん だし昆布 煮干しだし ▲福神漬	□大麦 □強化米 ○鶏肉 ○野菜天ボール □じゃが芋 ▲大根 △人参 こんにゃく さやいんげん △砂糖 薄口しょうゆ 濃口しょうゆ 酒・みりん 煮干しだし ○焼き豚 ▲キャベツ △人参 ▲ほうれん草 ■白ごま □砂糖 薄口しょうゆ ■ごま油 ○ちりめんじゃこ ■白ごま ●あおさ粉 □砂糖 濃口しょうゆ 酒	○□チキンカツ 1個 ■揚げ油 ▲キャベツ △ブロッコリー △人参 ■マヨネーズタイプドレッシング ○卵 ○ベーコン ▲玉ねぎ △クリームコーン △人参 △チンゲン菜 ▲生姜 ポークブイオン 薄口しょうゆ 塩・こしょう 酒 煮干しだし □でんぶ	□焼きそば麺 ○豚肉 ○いか ○ちくわ ▲キャベツ ▲玉ねぎ ▲もやし △人参 △ねぎ ○削り節粉 塩・こしょう 焼きそばソース（粉） ウスターソース ■油 ●子持ちししゃも 3尾 □でんぶ ■揚げ油 ▲みかん缶 ▲りんごシロップ漬け ▲パイン缶 ●のり佃煮 1袋	○牛肉 ○焼き豆腐 □すきやきふ こんにゃく ▲白菜 ▲玉ねぎ ▲えのきたけ ▲白ねぎ △ねぎ 酒・みりん □砂糖 濃口しょうゆ 薄口しょうゆ ○ちくわ（50g） 1/2本 ●あおさ粉 □小麦粉 ■揚げ油 □さつま芋 □小麦粉 塩 ■揚げ油 ●味付けのり 1袋	○ホキ 塩・こしょう □でんぶ ■揚げ油 ▲大根 酢・塩 □砂糖 薄口しょうゆ ○鶏肉 ○厚揚げ（1cm角） □じゃが芋 ▲玉ねぎ △人参 △ねぎ ○みそ 煮干しだし ●ひじき ▲きくらげ ○かつお節 ■白ごま □砂糖 濃口しょうゆ みりん	□大麦 □強化米 ○まぐろ油漬け ▲とうもろこし △人参 ▲玉ねぎ チキンブイオン 塩・こしょう 薄口しょうゆ △パセリ ■油 ○平つくね 1個 ケチャップ（チューブ） ○ミニウィンナー □マカロニ ▲玉ねぎ △人参 □じゃが芋 ▲キャベツ ポークブイオン チキンブイオン 塩・こしょう 薄口しょうゆ △パセリ ■油 □チョコドーナツ 1個	○豚肉 ○大豆水煮 ▲玉ねぎ △人参 □じゃが芋 △トマト水煮 △パセリ ポークブイオン □ビーフシチュールウ ケチャップ デミグラスソース 塩・こしょう ■油 ○ポークウィンナースライス △小松菜 ▲玉ねぎ △人参 □マカロニ ▲とうもろこし 塩・こしょう 濃口しょうゆ ■油 ▲いよかん 1袋
日	18日（火）	19日（水）	20日（木）	21日（金）	25日（火）	26日（水）	27日（木）	28日（金）	大豆のヒミツ  大豆はいろんな加工品があります。探してみしょう。 出典：学校給食 2023.1	
献立	食育の日メニュー □ご飯（小） ●牛乳 鰯の竜田揚げ ※れんこんのきんぴら ばち汁	□ご飯（小） ●牛乳 八宝菜 焼き棒ぎょうざ 魚ふりかけ りんご	□ご飯（小） ●牛乳 ※わかさぎのから揚げ 春雨の酢の物 テンジャンチゲ	□菜飯 ●牛乳 高野の含め煮 キャベツのゆず香和え	□ご飯（小） ●牛乳 煮込みハンバーグ ボイル野菜 クリームスープ	□ご飯（小） ●牛乳 鯨の変わりみそ和え 玄米スープ ヨーグルト	□ご飯（小） ●牛乳 そばろご飯（具） ●牛乳 大豆のコロコロ煮 のっぺい汁 牛乳用キャラメル粉末	□ご飯（小） かつめし（具） かつめし（たれ） ●牛乳 インディアンキャベツ わかめのみそ汁 チーズ		
副食材料	○さわら 塩・こしょう 濃口しょうゆ 酒・みりん □でんぶ ■揚げ油 ○豚肉 ○平天 ▲れんこん △人参 ▲さやいんげん ■白ごま 薄口しょうゆ 濃口しょうゆ □砂糖 酒・みりん ■ごま油 煮干しだし □そうめんばち ○豆腐 ▲油揚げ ▲玉ねぎ ▲大根 △人参 ▲えのきたけ △ねぎ ○みそ 煮干しだし	○豚肉 ▲生姜 ○いか ○うずら卵水煮 ▲白菜 ▲玉ねぎ △人参 ▲干しいたけ △チンゲン菜 ポークブイオン 塩・こしょう 薄口しょうゆ 酒 オ伊斯ターソース ■ごま油 □でんぶ ■油 棒ぎょうざ 1本 魚ふりかけ 1袋 ▲りんご 1切	●わかさぎ 塩・こしょう □でんぶ ■揚げ油 ▲大根 ▲きゅうり △人参 □緑豆春雨 □砂糖 ■ごま油 塩・こしょう ○豚肉 酒 ○豆腐 ▲白菜キムチ △人参 ▲玉ねぎ ▲もやし △にら ■ごま油 ○みそ みりん 煮干しだし	△菜飯の素 □強化米 ○鶏肉 ○高野豆腐（サイコロ） ▲玉ねぎ △人参 □じゃが芋 ▲干しいたけ △さやいんげん □砂糖 薄口しょうゆ 濃口しょうゆ 酒・みりん 煮干しだし ▲キャベツ △人参 □砂糖 酢 薄口しょうゆ ▲ゆず果汁	○ハンバーグ 1個 △トマト水煮 ケチャップ デミグラスソース □砂糖 とんかつソース ▲キャベツ △人参 ○ベーコン □じゃが芋 ▲玉ねぎ △人参 ▲とうもろこし ▲しめじ △パセリ □ベジャメルソース（有塩） □ベジャメルソース（無塩） ●牛乳 生クリーム ポークブイオン 塩・こしょう	○くじら肉 ▲生姜 濃口しょうゆ 酒 □でんぶ ■揚げ油 □じゃが芋 ■揚げ油 ▲玉ねぎ △さやいんげん △トマトピューレ ケチャップ ○みそ □砂糖 ■油 ○ベーコン ▲玉ねぎ △人参 △白菜 ▲しめじ □玄米（α化米） △パセリ ポークブイオン チキンブイオン 塩・こしょう ●ヨーグルト 1個	○まぐろ油漬け ▲生姜 酒・薄口しょうゆ □砂糖 ■白ごま ●あおさ粉 ○大豆水煮 ○ちくわ △人参 こんにゃく ▲干しいたけ △さやいんげん □砂糖 薄口しょうゆ 濃口しょうゆ 煮干しだし ○鶏肉 ○厚揚げ（1cm角） ▲大根 △人参 ○ちくわ ▲さば ▲里芋 △ねぎ 煮干しだし 塩・薄口しょうゆ □でんぶ 酒 □牛乳用キャラメル粉末 1袋	○□豚かつ 1個 ■揚げ油 □ビーフシチュールウ デミグラスソース △トマトピューレ とんかつソース 濃口しょうゆ □砂糖 ▲キャベツ カレー粉 ●わかめ ○豆腐 ○油揚げ □じゃが芋 ▲玉ねぎ △人参 ▲えのきたけ △ねぎ ○みそ 煮干しだし ●チーズ 2個		

○印…1群 魚、肉、卵、豆、豆製品 ●印…2群 牛乳・乳製品、小魚、海藻 △印…3群 緑黄色野菜 ▲印…4群 その他の野菜、きのこ、果物 □印…5群 米、麺、芋、砂糖 ■印…6群 油脂 ※印…かみかみメニュー ■…兵庫県産食材
◎物資等の都合により変更する場合があります。◎麦ごはんやわかめごはんなどの主食への混ぜ込み材料は、副食材料欄に記載しています。