

2月予定献立表

平成24年

白岡町（中学校）

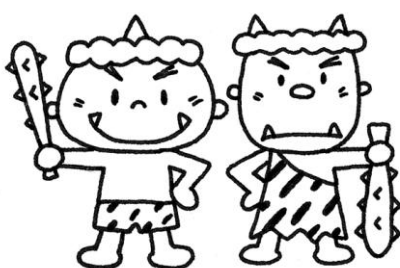
日	曜日	献立名			主な材料とその働き			kcal	タンパク質 g
		主食	牛乳	副食	かや熱になるもの	血や肉になるもの	体の調子をととのえるもの		
1	水	麦ごはん	牛乳	小江戸カレー チーズエッグ 和風サラダ	麦ごはん 油 さつまいも じゃがいも カレールウ ドレッシング	牛乳 豚肉 たまご チーズ	にんにく しょうが にんじん たまねぎ ほうれんそう キャベツ きゅうり だいこん	874	31.3
2	木	メロンパン	牛乳	きのこグラタン チンゲンサイのスープ 野菜ソテー	パン マカロニ バター 油 小麦粉 春雨	牛乳 ベーコン チーズ ハム 豆腐 鶏肉	たまねぎ まいたけ エリンギ チンゲンサイ にんじん キャベツ もやし とうもろこし ブロッコリー	869	28.9
3	金	わかめごはん	牛乳	おでん いわしのかばやき 福豆	ごはん さといも でんぷん 油 砂糖	牛乳 はんぺん ちくわ さつまあげ うずらのたまご いわし 福豆 わかめ	だいこん にんじん こんにゃく	861	35.7
6	月	ごはん	牛乳	はずハンバーグ 冬野菜のみそ汁 五目きんぴら	ごはん 砂糖 小麦粉 ごま油	牛乳 豚肉 鶏肉 みそ あぶらあげ	れんこん にんじん ねぎ 干しいたけ えのきたけ かぶ こまつな ごぼう こんにゃく	815	32.8
7	火	しょくパン チョコクリーム	牛乳	鶏肉のコーンフ레이크焼き じゃがだんごスープ ブロッコリーソテー	パン チョココリーム マヨネーズ コーンフ레이크 じゃがいも でんぷん バター	牛乳 鶏肉 スキムミルク 豚肉 豆腐 ベーコン チーズ	にんじん たまねぎ こまつな ブロッコリー とうもろこし	770	36.9
8	水	ごはん	牛乳	マーボー豆腐 えびフリッター③ 中華和え	ごはん 油 でんぷん 春雨 砂糖 ごま油 小麦粉	牛乳 豚肉 えび みそ 豆腐	しょうが にんにく にんじん ねぎ 干しいたけ たけのこ きゅうり キャベツ もやし	810	31.6
9	木	ごはん	牛乳	さかなの南蛮ソース にら玉汁 はくさいのごま和え	ごはん でんぷん 砂糖 油 ごま油 ごま じゃがいも	牛乳 さわら たまご みそ	ねぎ しょうが にら にんじん たけのこ はくさい にんにく	789	31.4
10	金	わかめしょうゆラーメン	牛乳	抹茶蒸しパン きゃべつのだまご炒め	中華麺 米粉 ホットケーキミックス 甘納豆 ごま油	牛乳 豚肉 わかめ ハム たまご	もやし とうもろこし メンマ にんじん ねぎ キャベツ まっちゃん	820	30.8
13	月	ごはん	牛乳	いかとさといもの煮物 菜の花肉団子 おひたし	ごはん さといも でんぷん パン粉 砂糖	牛乳 ちくわ いか かつおぶし 豚肉 鶏肉 たまご	にんじん こんにゃく しょうが こまつな もやし ねぎ とうもろこし グリーンピース	834	36.6
14	火	ハムピラフ	牛乳	ツナとやさいのカップやき 野菜スープ チョコプリン	ごはん バター 油 マヨネーズ チョコプリン	牛乳 ハム ツナ チーズ ベーコン	たまねぎ とうもろこし パセリ ブロッコリー エリンギ にんじん キャベツ ほうれんそう 干しいたけ	822	30.6
15	水	ココア揚げパン	牛乳	いかとえびのチリソース レンファンタン ヨーグルト	パン 砂糖 油 でんぷん 春雨 ごま油 ココア	牛乳 いか えび たまご 豆腐 ヨーグルト	たまねぎ にんにく にんじん ねぎ ほうれんそう とうもろこし	841	37.5
16	木	ごはん	牛乳	ピピンパ わかめスープ みかん	ごはん ごま油 砂糖 油 ごま	牛乳 豚肉 たまご わかめ 豆腐 なた	もやし にんじん だいこん ぜんまい こんにゃく ほうれんそう にんにく ねぎ みかん	798	28.3
17	金	手巻き寿司 酢飯・手巻きのり	牛乳	いかスティック③ たまごやきスティック③ ツナマヨネーズ はんぺんのすましじ	ごはん 砂糖 でんぷん 油 マヨネーズ	牛乳 いか たまご ツナ はんぺん のり	にんじん たけのこ 干しいたけ ほうれんそう たまねぎ	786	31.1
20	月	こぎつねごはん	牛乳	とりにくのからあげ② 豚汁 ぼんかん	ごはん 砂糖 油 でんぷん さといも	牛乳 あぶらあげ 鶏肉 豚肉 豆腐 みそ	にんじん 干しいたけ しょうが ごぼう だいこん こんにゃく ねぎ ぼんかん	779	32.7
21	火	はちみつパン	牛乳	かぼちゃのポターージュ 肉団子のトマトカレー煮 ほうれんそうのソテー	パン じゃがいも バター 生クリーム 油 はちみつ パン粉	牛乳 鶏肉 ウインナー	かぼちゃ にんじん パセリ しめじ たまねぎ にんにく トマト ほうれんそう とうもろこし	885	29.5

【肉団子のトマトカレー煮】は「献立の募集 めざせ！給食チャンピオンメニュー」の菁莪中学校募集献立より取り入れました。

22	水	ごはん	牛乳	さばのゆずみそ焼き のっぺい汁 五目豆	ごはん 砂糖 でんぷん さといも	牛乳 さば みそ 豚肉 豆腐 こんにゃく 大豆	しょうが ゆず だいこん にんじん ごぼう ねぎ こまつな こんにゃく ごぼう	791	35.0
23	木	ごはん	牛乳	酢豚 えびしゅうまい③ 春雨サラダ	ごはん でんぷん 砂糖 しゅうまいの皮 ドレッシング じゃがいも 春雨 油	牛乳 豚肉 えび たら ハム	しょうが ピーマン 干しいたけ にんじん たけのこ たまねぎ きゅうり キャベツ	857	28.9
24	金	親子うどん	牛乳	かきあげ だいこんとベーコンのきんぴら	うどん でんぷん 小麦粉 油 ごま油 砂糖	牛乳 鶏肉 たまご なた こおり豆腐 さくらえび ベーコン	生しいたけ ほうれんそう ねぎ だいこん にんじん こんにゃく たまねぎ 小ねぎ	851	33.5
27	月	二色そぼろごはん (とりそぼろ) (たまごそぼろ)	牛乳	揚げぎょうざ③ みそ汁	ごはん 油 砂糖 ぎょうざの皮	牛乳 鶏肉 たまご 豚肉 みそ あぶらあげ	しょうが えのきたけ ねぎ だいこん はくさい キャベツ にら たまねぎ にんにく しょうが	886	32.6
28	火	バターロール	牛乳	和風スパゲッティ さかなのピザソース 温野菜	パン スパゲッティ 油 バター 小麦粉 砂糖 ドレッシング	牛乳 ベーコン のり ホキ チーズ	にんじん たまねぎ しめじ えのきたけ 生しいたけ ほうれんそう ピーマン ブロッコリー カリフラワー とうもろこし	799	36.4
29	水	ごはん こんにゃくの佃煮	牛乳	肉じゃが わかさぎフリッター③ こんにゃくソテー	ごはん じゃがいも 油 小麦粉 砂糖 ごま ごま油	牛乳 こんにゃく 豚肉 わかさぎ 焼き豚 青のり	にんじん たまねぎ こんにゃく しらたき とうもろこし こまつな しょうが	837	28.5

- ◎ はしは、まいにちも毎日持ってきましょう。
- ◎ ざいりょう つごう こんだて へんごう 材料の都合で献立を変更することがありますのでご了承ください。
- ◎ まいつき にち しよく ひ 毎月19日は「食育の日」です。

基準栄養量	850	28.0
平均栄養量	827	32.4



3日の節分では福豆を食べますが、大豆には、おなかのそうじをしてくれる食物せんいや体をつくるたんぱく質・貧血を予防する鉄分が豊富です。給食は、他の日でもたくさん大豆製品が使われています。

平成24年2月分 中学校給食の主な使用食材の産地について（予定）

白岡町教育委員会

食品に含まれる放射性物質については、原子力安全委員会が設定した指標を基に、厚生労働省において、「暫定規制値」が定められており、これを上回る食品については、食品衛生法により市場に流通させない取り組みがなされています。

学校給食で使用する食材につきましては、定期的に放射線物質の検査が行われ、安全性が確認されているものを使用しております。また、入荷時には産地の確認をしており、調理の過程においても、野菜類は流水により複数回の洗浄を行った上で使用しています。

白岡町では、安心して安全な給食の提供に努めております。

	品名	産地（予定）	
主食	米	白岡	
	麦	主に 宮城 福井 栃木	
	パン（小麦粉）	埼玉 アメリカ カナダ	
	麺（小麦粉）	埼玉 アメリカ カナダ	
乳製品	牛乳	埼玉 群馬 栃木 北海道 など * 埼玉県の原乳が不足した場合に他県から補填しています。原乳については、各都道府県が検査し安全確認を行っています。	
	脱脂粉乳（乳）	北海道	
	チーズ（乳）	北海道	
	ヨーグルト（乳）	北海道 シンガポール オランダ	
	バター（乳）	北海道	
	生クリーム（乳）	北海道	
	肉類	鶏肉	北海道 宮崎
鶏肉（餃子）		群馬 栃木	
鶏肉（肉団子）		愛知 宮崎 鹿児島 熊本 など	
豚肉		埼玉 群馬 茨城 青森 宮崎 栃木	
豚肉（餃子）		群馬 鹿児島	
卵		卵	埼玉 茨城 青森
		卵（スティック玉子）	茨城 宮城
加工品		うずら卵	愛知 静岡
		ポークハム	千葉 群馬
		ベーコン	千葉 群馬
	ウィンナー	千葉 群馬	
	焼き豚	千葉 群馬	
魚類	イカ（イカスティック含む）	長崎 宮城 ペルー	
	いわし	オランダ アメリカ	
	えび	インド 東南アジア	
	えび（えびフリッター）	タイ ミャンマー	
	えび（えびしゅうまい）	ベトナム	
	さば	ノルウェー	
	さわら	東シナ海（ベトナム）	
	たら（えびしゅうまい）	北海道	
	ホキ	ニュージーランド	
	わかさぎ（わかさぎフリッター）	カナダ	
	加工品	ツナ（ツナフレーク）	インドネシア ベトナム
		ツナ（ツナマヨネーズ）	中西部太平洋（水揚げ：焼津）
		さくらえび	静岡
		かつおぶし	静岡
		さつま揚げ（すり身）	北海道
焼きちくわ（すり身）		ベトナム マレーシア 北海道	
なると（すり身）		アメリカ	
はんぺん（すり身）		千葉 北海道 宮城	
大豆製品	大豆	栃木	
	木綿豆腐（大豆）	宮城（22年度産）	
	油揚げ（大豆）	茨城（22年度産）	
	凍り豆腐（大豆）	カナダ アメリカ	
	福豆（大豆）	富山 滋賀 愛知	
野菜類	さつまいも	千葉	
	さといも	埼玉	
	じゃがいも	北海道	
	かぶ	埼玉 千葉	
	かぼちゃ	北海道	

	品名	産地（予定）
野菜類・果物	カリフラワー	エクアドル
	キャベツ	埼玉 愛知
	キャベツ（餃子）	群馬
	きゅうり	宮崎
	グリーンピース	ニュージーランド
	ごぼう	青森
	こまつな	白岡 茨城 埼玉
	しょうが（餃子含む）	高知
	ぜんまい	高知
	だいこん	千葉 神奈川
	たけのこ	愛媛 高知 香川 熊本 など
	たまねぎ	北海道
	たまねぎ（えびしゅうまい）	北海道 香川 兵庫
	たまねぎ（餃子）	北海道 群馬
	たまねぎ（ツナマヨネーズ）	エジプト
	チンゲン菜	茨城
	とうもろこし	ニュージーランド 北海道
	ホールトマト	イタリア
	長ねぎ	白岡 埼玉 千葉
	小ねぎ	福岡
	にら	栃木 茨城
	にら（餃子）	群馬
	にんじん	千葉 埼玉 茨城
	にんにく（餃子含む）	青森
	はくさい	群馬 茨城
	パセリ	千葉
	ピーマン	宮崎 茨城
	ブロッコリー	エクアドル
	ほうれんそう	白岡 埼玉 宮崎
	メンマ	台湾
	もやし	埼玉 栃木
	れんこん	茨城
	ぼんかん	愛媛
	みかん	神奈川
	えのきたけ	長野
	エリンギ	群馬 長野
	なましいたけ	群馬
	ほししいたけ	韓国
	ぶなしめじ	長野
	まいたけ	群馬
	青のり（わかさぎフリッター）	愛媛
	昆布	北海道
	のり	兵庫 香川
	わかめ	韓国 徳島
	こんにやく	群馬
その他	はるさめ	中国
	ココア	オランダ
	甘納豆	北海道
	抹茶	京都
	米粉	埼玉
	ホットケーキミックス	アメリカ オーストラリア

※産地は予定です。天候や市場の供給量等により変更になる場合がありますので、ご了承ください。