

2月予定献立表

平成24年

白岡町(小学校)

日	曜日	献立名			主な材料とその働き			kcal	タンパク質
		主食	牛乳	副食	力や熱になるもの	血や肉になるもの	体の調子をととのえるもの		
1	水	むぎごはん	牛乳	こえどカレー チーズエッグ わふうサラダ	むぎごはん あぶら さつまいも じゃがいも カレーウ ドレッシング	牛乳 ぶたにく 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	718	26.0
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 やさしいソテー	パン マカロニ バター あぶら こむぎこ はるさめ	牛乳 ベーコン チーズ ハム とうふ とりにく	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	669	25.7
3	金	わかめごはん	牛乳	おでん いわしのかばやき ふくまめ	ごはん さといも でんぶん あぶら さとう	牛乳 はんぺん ちくわ さつまあげ うずらのたまご いわし ふくまめ わかめ	だいこん にんじん こんにゃく	696	30.3
6	月	ごはん	牛乳	はずハンバーグ ふゆやさいのみそしる こもくきんぴら	ごはん さとう こむぎこ ごまあぶら	牛乳 ぶたにく とりにく みそ あぶらあげ	れんこん にんじん ねぎ ほししいたけ えのきたけ かぶ こまつな ごぼう こんにゃく	652	27.8
7	火	しょくパン チョコクリーム	牛乳	とりにくのコーンフ레이크やき じゃがだんごスープ ブロッコリーソテー	パン チョコクリーム マヨネーズ コーンフ레이크 じゃがいも でんぶん バター	牛乳 とりにく スキムミルク ぶたにく とうふ 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	626	30.8
8	水	ごはん	牛乳	マーボーとうふ えびフリッター② ちゅうかあえ	ごはん あぶら でんぶん はるさめ さとう ごまあぶら こむぎこ	牛乳 ぶたにく えび みそ とうふ	しょうが にんにく にんじん ねぎ ほししいたけ たけのこ きゅうり キャベツ もやし	639	25.5
9	木	ごはん	牛乳	さかなのなんばんソース にらたまじる はくさいのごまあえ	ごはん でんぶん さとう あぶら ごまあぶら 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	632	26.0
10	金	わかめしょうゆラーメン	牛乳	まっちゃむしパン きゃべつのだまごいため	ちゅうかめん こめこ ホットケーキミックス あまなっとう ごまあぶら	牛乳 ぶたにく 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	620	24.7
13	月	ごはん	牛乳	いかとさといものにも なのはなにくだんご おひたし	ごはん さといも でんぶん パンこ さとう	牛乳 ちくわ いか かつおぶし ぶたにく とりにく 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	672	31.0
14	火	ハムピラフ	牛乳	ブロッコリーのツナマヨネーズ焼き やさいスープ チョコプリン	ごはん バター あぶら 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 ほししいたけ	674	26.3
15	水	ココアあげパン	牛乳	いかとえびの手リソース レンファンタン	パン さとう あぶら でんぶん はるさめ ごまあぶら ココア	牛乳 いか えび たまご とうふ	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	597	28.1
16	木	ごはん	牛乳	ピピンパ わかめスープ みかん	ごはん ごまあぶら さとう あぶら ごま	牛乳 ぶたにく たまご わかめ とうふ なると	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	647	24.1
17	金	てまきずし すめし・てまきのり	牛乳	いかスティック② たまごやきスティック② ツナマヨネーズ はんぺんのすましじる	ごはん さとう でんぶん あぶら 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 ほししいたけ ほうれんそう たまねぎ	609	24.5
20	月	こぎつねごはん	牛乳	とりにくのからあげ② とんじる ぼんかん	ごはん さとう あぶら でんぶん さといも	牛乳 あぶらあげ とりにく ぶたにく とうふ みそ	にんじん ほししいたけ しょうが ごぼう だいこん こんにゃく ねぎ ぼんかん	670	28.3
21	火	はちみつパン	牛乳	かぼちゃのポタージュ にくだんごのトマトカレーに ほうれんそうのソテー	パン じゃがいも バター なまクリーム あぶら はちみつ	牛乳 とりにく 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	696	24.4

【にくだんごのトマトカレーに】は「^{こんだて}献立の募集 ^{めざせ!}給食チャンピオンメニュー」の^{せいがい}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	さばのゆずみそやき のっぺいじる ごもくまめ	ごはん さとう でんぶん さといも	牛乳 さば みそ ぶたにく とうふ こんぶ だいず	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	636	29.3
23	木	ごはん	牛乳	すぶた えびしゅうまい③ はるさめサラダ	ごはん でんぶん さとう しゅうまいのかわ ドレッシング じゃがいも はるさめ あぶら	牛乳 ぶたにく えび たら ハム	しょうが ピーマン ほししいたけ にんじん たけのこ たまねぎ きゅうり キャベツ	703	25.3
24	金	おやこうどん	牛乳	かきあげ だいこんとベーコンのきんぴら	うどん でんぶん こむぎこ あぶら ごまあぶら さとう	牛乳 とりにく たまご なると こおりとらふ さくらえび ベーコン	なましいたけ 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 こねぎ	651	26.8
27	月	にしよこそぼろごはん (とりそぼろ) (たまごそぼろ)	牛乳	あげぎょうざ② みそしる	ごはん あぶら さとう ぎょうざのかわ	牛乳 とりにく たまご ぶたにく 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	679	26.9
28	火	バターロール	牛乳	わふうスパゲッティ さかなのピザソース おんやさい	パン スパゲッティ あぶら バター こむぎこ さとう 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 なましいたけ 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	637	30.3
29	水	ごはん こんぶのつくだに	牛乳	にくじゃが わかさぎフリッター② さんしょくあえ	ごはん じゃがいも あぶら こむぎこ さとう ごま	牛乳 こんぶ ぶたにく わかさぎ あおのり	にんじん たまねぎ こんにゃく ほうれんそう もやし	622	21.6

- ◎ はしは、^{まいにちも}毎日持ってきましょう。
- ◎ ^{ざいりょう}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}毎月19日は「^{しよく}食育の日」です。

基準栄養量	660	20.0
平均栄養量	654	26.8

豆乳、豆腐、納豆、ゆば、油あげ、かみもどき、みそ

大豆の力

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、たくさん大豆製品が使われています。

平成24年2月分 小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・卵・加工品	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	埼玉 茨城 青森
	卵（スティック玉子）	茨城 宮城
	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	
魚類・加工品	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
	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	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
	チンゲンサイ	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
	こんぶ	北海道
	のり	兵庫 香川
	わかめ	韓国 徳島
	こんにゃく	群馬
その他	はるさめ	中国
	ココア	オランダ
	あまなっとう	北海道
	まっちゃ	京都
	こめこ	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。