



平成30年 2月分 中学校給食献立予定表



一宮市教育委員会学校給食課
一宮市立〇〇〇〇中学校

日 曜	献立名	主に体の組織を作る食品		主に体の機能を調節する食品		主に体の熱源となる食品		アレルギー義務表示 卵 乳 小麦 そば 落花生
		1群 魚・肉・卵 豆・豆製品	2群 牛乳・乳製品 小魚・海そう	3群 緑黄色野菜	4群 その他の野菜 果物	5群 米・パン・めん いも・砂糖	6群 油脂 種実	
		1 木	ソフトめん 肉みそソース 牛乳 トムジェリサラダ れんこん&さつまいもチップス	鶏肉・はんぺん みそ	牛乳 ちりめんじゃこ チーズ	にんじん こまつな	えのきたけ・たまねぎ・ねぎ キャベツ れんこん	
2 金	ご飯 恵方巻風手巻きご飯の具 (いかスティック・2本) (ツナサラダ) (手巻きのり) 牛乳 鬼のすまし汁 節分豆	いか ツナ	のり 牛乳	にんじん みつば	しょうが キャベツ・きゅうり えのきたけ・はくさい	米 でん粉	油 ノンエッグマヨネーズ	乳
5 月	ご飯 牛乳 沢煮わん いわしのかば焼き ゆかり和え		牛乳	にんじん	ねぎ・だいこん・ごぼう たけのこ・干しいたけ ほうれんそう・赤じそ粉	米	油	乳
6 火	発芽玄米ご飯 中華飯の具 牛乳 ショウロンボウ・2個 ピリ辛和え	豚肉・いか	牛乳	にんじん・にら	たまねぎ・キャベツ・たけのこ 干しいたけ たまねぎ・キャベツ・しょうが	米・発芽玄米 砂糖・でん粉	油	乳 小麦
7 水	ご飯 牛乳 さつまい 肉しのだ煮 愛知のうまうまきんぴら	鶏肉・とうふ・みそ 油揚げ・豚肉・鶏肉 豚肉	牛乳	にんじん	ねぎ・ごぼう・しめじ たまねぎ にんじん・さやいんげん 切り干しだいこん・れんこん	米	さつまいも ラード ごま油・ごま	乳 小麦
8 木	スライスパン・2枚 牛乳 ポークビーンズ カレーフライ 花野菜サラダ チョコクリーム ※卓上ソース		牛乳	にんじん・トマト パセリ	たまねぎ・マッシュルーム カリフラワー	スライスパン じゃがいも・砂糖 パン粉・小麦粉	油 ドレッシング チョコクリーム	小麦・乳 乳 小麦
9 金	にんじんご飯 牛乳 のっぺい汁 鶏肉とごぼうの甘辛だれ	油揚げ	牛乳	にんじん	干しいたけ だいこん・ねぎ ごぼう・しょうが	米・砂糖 さといも・でん粉 ごんにやく	油	乳
13 火	ご飯 牛乳 豆乳みそ汁 さばのカレー揚げ ひじきのいため煮	とうふ・豆乳・みそ 油揚げ さば 鶏肉	牛乳	かぼちゃ にんじん	だいこん・しめじ・ねぎ にんにく えだまめ	米 でん粉	油	乳
14 水	りんごパン 牛乳 冬のポタージュ ハートコロッケ 彩りサラダ		牛乳	にんじん ほうれんそう	カリフラワー・たまねぎ だいこん たまねぎ キャベツ・きゅうり	りんごパン ホワートルウ じゃがいも・でん粉 小麦粉・パン粉・水あめ	ラード・油 ドレッシング	乳・小麦 乳 乳・小麦 小麦

★年中行事の紹介★ ●○節分○●

「節分」は、もともと「季節を分ける」という意味で、「立春、立夏、立秋、立冬の前日」のことでした。中でも旧暦で新年の始まりと重なることが多かった、立春の前日が重要視されるようになりました。節分には、炒った豆を「鬼は外、福は内」とまいて邪気をはらい、福を呼び込む風習があります。2日の「恵方巻き」も「福を巻き込み、縁を切らない」意味を含め、恵方に向かって太巻きを黙って1本食べると縁起が良いとされています。恵方とは、歳徳神(としとくじん)という神様がいらっしゃる方角のことで、毎年変わります。今年の恵方は南南東です。



☆献立紹介☆

7日(水)「愛知のうまうまきんぴら」は、黒田小学校の児童が考えた献立です。愛知県で多く収穫される「れんこん」「にんじん」と、一宮市産の「切り干しだいこん」を使用しました。腸の動きを促進し、便通をよくする食物繊維が豊富に含まれています。



★給食レシピ紹介★

一宮市では、学校給食課のウェブページに「好評献立」を掲載しています。給食の味を家庭でも再現できるように、分量や作り方が分かるようになっていました。



QRコードを読み取り



平成30年 2月分 中学校給食献立予定表

一宮市教育委員会学校給食課
一宮市立〇〇〇〇中学校

日 曜	献立名	主に体の組織を作る食品		主に体の機能を調節する食品		主に体の熱源となる食品		アレルギー表示							
		1群	2群	3群	4群	5群	6群	卵	乳	小麦	そば	えび	かに	落花生	
		魚・肉・卵 豆・豆製品	牛乳・乳製品 小魚・海そう	緑黄色野菜	その他の野菜 果物	米・パン・めん いも・砂糖	油脂 種実								
15 木	ご飯					米									
	牛乳		牛乳												乳
	ちゃんこ汁	豚肉・焼きどうふ		にんじん	はくさい・えのきたけ・ねぎ しょうが	しらたき									
	鶏肉のから揚げ・2個 磯香和え	鶏肉			にんにく・しょうが	でん粉	油								
16 金	チキンライス (麦ご飯)	鶏肉		にんじん・トマト	たまねぎ・とうもろこし グリーンピース・マッシュルーム	米・大麦	油								
	牛乳		牛乳												乳
	冬野菜のポトフ	ウインナー		ブロッコリー	かぶ・だいこん・はくさい	じゃがいも									
	フルーツクリームヨーグルト		生クリーム ヨーグルト		みかん・パイナップル・もも ナタデココ	砂糖									乳
19 月	ご飯					米									
	牛乳		牛乳												乳
	関東煮	はんぺん がんもどき	こんぶ	にんじん	だいこん	さといも・砂糖 こんにゃく									
	さんまの銀紙焼き 水菜のごま和え	さんま・みそ				砂糖・米粉									
20 火	白玉うどん					白玉うどん									小麦
	五目あんかけ	鶏肉・油揚げ かまぼこ		にんじん・こまつな	はくさい・しょうが・ねぎ 干ししいたけ	でん粉									
	牛乳		牛乳												乳
	さつまいもと大豆のじゃこ甘がらめ	大豆	ちりめんじゃこ			さつまいも・砂糖・でん粉	油								
21 水	ご飯					米									
	牛乳		牛乳												乳
	肉じゃが	豚肉・ちくわ		にんじん さやいんげん	たまねぎ・しょうが	じゃがいも・砂糖 こんにゃく	油								
	愛知のれんこんつくね・3個 菜の花のおひたし	鶏肉			れんこん・たまねぎ・しょうが	パン粉・でん粉・砂糖	ラード・油								小麦
22 木	ご飯					米									
	牛乳		牛乳												乳
	一宮野菜のみそ汁	鶏肉・生揚げ・みそ			なす・だいこん・はくさい	さといも									
	千秋ねぎ入り浮野の厚焼き卵 切り干しだいこんのいため煮	卵			ねぎ	砂糖・でん粉	油								卵
23 金	麦ごはん					米・大麦									
	カレーライス	豚肉		にんじん	たまねぎ・グリーンピース にんにく・しょうが	じゃがいも・カレールウ	油								小麦
	牛乳		牛乳												乳
	セレクトフライ (エビカツ)	えび・たら			たまねぎ	パン粉・でん粉 小麦粉・砂糖	油								えび・小麦
	(チキンカツ)	鶏肉				パン粉・でん粉 小麦粉	油								小麦
豆まめサラダ 福神漬	ハム			えだまめ・きゅうり 福神漬	白いんげん豆・ひよこ豆	ノンエッグマヨネーズ									
26 月	わかめご飯	尾西第三中学校の リクエスト		わかめ		米									
	牛乳		牛乳												乳
	かき玉汁	卵・鶏肉・とうふ かまぼこ		にんじん・みつば	はくさい・えのきたけ 干ししいたけ	でん粉									卵
	照り焼きハンバーグ おおか和え	鶏肉・豚肉			たまねぎ	でん粉・砂糖 じゃがいも	ラード・油								
27 火	中華めん	尾西第一中学校の リクエスト				中華めん									小麦
	塩ラーメン		豚肉・なると	にんじん	はくさい・たまねぎ・たけのこ にんにく・ねぎ										
	牛乳		牛乳												乳
	春巻 パンパンジーサラダ	豚肉		にんじん・にら	キャベツ・もやし・エリンギ	でん粉・砂糖・小麦粉 水あめ	ごま油・油								小麦
28 水	ご飯	木曾川中学校の リクエスト				米									
	牛乳		牛乳												乳
	マーボードウフ	とうふ・豚肉・みそ		にんじん・にら	たけのこ・にんにく しょうが・ねぎ	でん粉・砂糖									
	揚げぎょうざ・3個 パンサンスー コーヒーパウダー	豚肉・鶏肉			キャベツ・しょうが たまねぎ・にんにく	小麦粉・でん粉・砂糖	ラード・ごま油 油								小麦
	ハム			きゅうり・とうもろこし	はるさめ・砂糖	ごま油									
					コーヒーパウダー										

お知らせ

- ①一宮市の給食では「そば・落花生」は、使用されていません。
 - ②2日・5日・9日・13日・15日・19日のおかずの原料には、「乳・卵・小麦・えび・かに」は含まれていません。ただし、調味料に含まれる場合があります。
 - ③アレルギー表示について・・・しょうゆ等の調味料に、微量に含まれるアレルゲンについては明記していません。詳しくは、栄養教諭にお問い合わせください。
- ※調味料は1～6群に分類しないため、「卓上ソース」は分類していません。

☆リクエスト給食☆

- 【26日(月)】
尾西第三中学校
 - 【27日(火)】
尾西第一中学校
 - 【28日(水)】
木曾川中学校
- 楽しんで食べてね!**

☆一宮を食べる学校給食の日☆

22日(木)の献立は、私たちの住む一宮市で収穫された「なす」「だいこん」の入った「一宮野菜のみそ汁」、「千秋ねぎ」「浮野の卵」を使った厚焼き卵、切り干しだいこんを使った「切り干しだいこんのいため煮」です。地元の食材を見つけながら、おいしくいただきます!

