



令和4年度

2月給食献立予定表

秩父市立北部共同調理場



日	曜	主 食	牛乳	お か す	血や肉、骨や歯に なる食品（赤）	熱や力のもとに なる食品（黄）	からだの調子を 整える食品（緑）	1人分 - kcal	1人分 質 g
1	水	きなこ揚げパン	牛乳	ワンタンスープ ウインナー卵巻き つぼみサラダ（玉葱ドレッシング）	牛乳 きなこ 鶏肉 ウインナー たまご	パン 油 砂糖 ワンタン ごま油 でん粉	もやし 葱 人参 チンゲンサイ ブロッコリー キャベツ とうもろこし 玉葱 ピーマン	859	33.6
2	木	ごはん	牛乳	けんちん汁 いわしの梅煮 ひじきサラダ 福豆	牛乳 豆腐 鶏肉 いわし ひじき 大豆	ごはん 里芋 油 砂糖 でん粉	大根 ごぼう 人参 葱 椎茸 こんにゃく 胡瓜 キャベツ しそ 梅	815	35.2
3	金	はちみつパン	牛乳	チリビーンズ グリーンサラダ（イタリアンドレッシング） いちごのムース	牛乳 大豆 豚肉	パン ジャが芋 油 砂糖 小麦粉 でん粉	インゲン豆 玉葱 人参 にんにく トマト キャベツ ほうれん草 ブロッコリー いちご レモン ピーマン	830	29.9
6	月	ごはん	牛乳	肉じゃが わかさぎフリッター② ごま和え	牛乳 豚肉 わかさぎ 沖あみ のり	ごはん ジャが芋 油 砂糖 ごま 小麦粉 でん粉 米粉	玉葱 人参 いんげん 白滝 ほうれん草 キャベツ	822	29.1
7	火	わかめごはん	牛乳	のっぺい汁 さばの味噌煮 塩昆布和え	牛乳 わかめ 油揚げ 竹輪 さば 昆布	ごはん 里芋 でん粉 ごま油 砂糖	大根 人参 葱 こんにゃく キャベツ 小松菜	816	33.3
8	水	地粉うどん	牛乳	さぬきうどんの汁 竹輪の石垣揚げ② ゆかり和え	牛乳 鶏肉 油揚げ なると わかめ 竹輪	うどん 小麦粉 でん粉 ごま 油	人参 葱 生姜 ほうれん草 キャベツ もやし しそ	806	37.8
9	木	ごはん	牛乳	ハヤシライス チーズサラダ（塩ドレッシング） パリッシュ	牛乳 豚肉 チーズ かたくちいわし	ごはん ジャが芋 油 バター 砂糖 小麦粉 でん粉	玉葱 人参 にんにく 生姜 ほうれん草 キャベツ とうもろこし トマト 葱 レモン	878	32.0
10	金	バターロール	牛乳	ニョッキのクリーム煮 チキンナゲット③ ハムのマリネ	牛乳 ベーコン 鶏肉 おから ハム	パン 油 小麦粉 バター 砂糖 じゃが芋 でん粉 パン粉 米粉	玉葱 人参 にんにく キャベツ 胡瓜 レモン	887	28.7
13	月	ごはん	牛乳	じゃが芋の味噌汁 鶏肉のカレー唐揚げ 大根サラダ（和風ドレッシング）	牛乳 油揚げ わかめ 鶏肉 まぐろ	ごはん ジャが芋 でん粉 油 砂糖	玉葱 人参 いんげん 生姜 大根 小松菜 キャベツ ブルーン にんにく ピーマン	895	37.7
14	火	ピラフ	牛乳	ABCスープ ハート型デミグラス煮込みハンバーグ チョコプリン	牛乳 鶏肉 ベーコン 豚肉	ごはん バター マカロニ ジャが芋 砂糖 でん粉 米粉	玉葱 人参 ピーマン マッシュルーム 白菜 にんにく セロリー トマト 生姜	812	31.7
15	水	中華めん	牛乳	野菜ラーメンのスープ 春巻き コーンサラダ（中華ドレッシング）	牛乳 豚肉 なると 鶏肉	めん 油 砂糖 でん粉 春雨 小麦粉	白菜 もやし 玉葱 人参 木耳 生姜 筍 にんにく キャベツ とうもろこし 葱 椎茸	804	28.9
16	木	ごはん	牛乳	豚肉と大根の煮物 彩の国なっとう こまつナサラダ（玉葱ドレッシング）	牛乳 豚肉 大豆 まぐろ	ごはん ジャが芋 砂糖 油 でん粉	大根 人参 葱 生姜 こんにゃく 小松菜 キャベツ とうもろこし 玉葱 ピーマン	848	35.5
17	金	メロンパン	牛乳	クラムチャウダー オムレツ 温野菜サラダ（イタリアンドレッシング）	牛乳 あさり ベーコン たまご	パン ジャが芋 油 小麦粉 バター 砂糖 でん粉	玉葱 人参 ほうれん草 キャベツ トマト	856	26.4
20	月	ごはん	牛乳	肉だんごの酢豚 大豆もやしのナムル（ナムルドレッシング） いよかんゼリー	牛乳 鶏肉 豚肉	ごはん 油 砂糖 でん粉 ごま	玉葱 人参 ピーマン 筍 椎茸 大豆もやし 小松菜 にんにく 生姜 いよかん	816	27.8
21	火	ごはん	牛乳	キーマカレー トンカツ 秩父こんにゃくサラダ（塩ドレッシング）	牛乳 鶏肉 豚肉 大豆粉 荳わかめ	ごはん ジャが芋 油 小麦粉 砂糖 でん粉 パン粉	玉葱 人参 にんにく 生姜 こんにゃく 小松菜 キャベツ 葱 レモン	913	29.0
22	水	ツイストパン	牛乳	ナポリタンスパゲティー ゆで野菜サラダ（コーンクリーミードレッシング） ヨーグルト	牛乳 ウインナー ヨーグルト	パン スパゲティー 油 バター 砂糖	玉葱 人参 ピーマン にんにく ブロッコリー とうもろこし ブルーン レモン	803	27.6
24	金	フラワーロール	牛乳	ポトフスープ 白花豆コロッケ ほうれん草ソテー	牛乳 ウインナー ハム	パン ジャが芋 バター 油 砂糖 パン粉 小麦粉 でん粉	白菜 玉葱 人参 白花豆 ほうれん草 とうもろこし	828	26.7
27	月	ごはん	牛乳	豚汁 もうかの竜田揚げ 小松菜のじゃこ炒め	牛乳 豚肉 豆腐 もうか ちりめんじゃこ	ごはん ジャが芋 油 でん粉	大根 ごぼう 葱 人参 こんにゃく 小松菜 とうもろこし	824	34.5
28	火	ごはん	牛乳	麻婆豆腐 えび焼売② 春雨サラダ	牛乳 豆腐 豚肉 たい えび ハム	ごはん 油 砂糖 でん粉 ごま油 春雨 パン粉 小麦粉	葱 人参 筍 にら 椎茸 にんにく 生姜 キャベツ 胡瓜 玉葱	835	31.8

※地粉うどん、中華めんの製造工場においては、卵、そばを含む製品を製造しています。

◆材料の入荷等の都合により、献立の一部が変更になる場合があります。
◆給食に関係する行事については、各学校のおたよりで確認してください。

節分

節分は立春の前日で、冬から春への季節の変わり目の行事です。もとは、立春、立夏、立秋、立冬の前日も節分といわれていましたが、今では立春の前日のことだけをいうようになりました。
節分にいり豆を年の数や年にひとつ足した数を食べると、1年を元気に過ごすことができるといわれています。
「鬼は外」のかけ声とともに豆をまくのは、霊力があると考えられている豆の力で鬼（病気や災い）を追いはらって、福を呼び込むという意味があります。