令和５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　ず	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）	ｴﾈﾙｷﾞｰ kcal	ﾀﾝﾊﾟｸ質 g
1	木	酢めし （手巻きのり）	牛乳	豆腐とわかめのすまし汁 たまごスティック③ いかスティック② シーチキンマヨネーズ　　福豆	牛乳　わかめ　豆腐 たまご　いか　のり まぐろ　大豆	ごはん　油　砂糖 でん粉	人参　葱　小松菜　えのき 生姜　玉葱	800	29.0
2	金	ツイストパン	牛乳	パンプキンポタージュ チキンナゲット③ 花野菜サラダ	牛乳　ベーコン 鶏肉	パン　油　小麦粉 バター　砂糖 でん粉　パン粉	かぼちゃ　玉葱　人参 ブロッコリー　カリフラワー とうもろこし　レモン にんにく	821	29.9
5	月	そぼろごはん	牛乳	のっぺい汁 いわしのみぞれ煮 いよかんゼリー	牛乳　豚肉　鶏肉 竹輪　いわし	ごはん　砂糖　油 里芋　でん粉	生姜　ごぼう　人参　筍 大根　葱　こんにゃく いよかん	805	33.6
6	火	ごはん	牛乳	中華コーンスープ チーズはんぺんフライ ビビンバの具	牛乳　鶏肉　チーズ はんぺん　たまご 豚肉	ごはん　でん粉 ごま油　油　砂糖 ごま　パン粉	とうもろこし　玉葱 小松菜　にんにく　生姜 葱　大豆もやし　人参 ほうれん草　大根　キムチ	842	29.5
7	水	地粉うどん	牛乳	さぬきうどんの汁 いかの天ぷら ごぼうサラダ（ごまドレッシング）	牛乳　鶏肉　油揚げ なると　わかめ いか　たまご ひじき	うどん　油　ごま 小麦粉　でん粉 砂糖	人参　葱　生姜　ごぼう れんこん	839	31.1
8	木	ごはん	牛乳	ハヤシライス キャベツサラダ チーズ	牛乳　豚肉　チーズ	ごはん　じゃが芋 油　砂糖　小麦粉 でん粉	玉葱　人参　にんにく 生姜　キャベツ　レモン トマト	859	29.6
9	金	きなこ揚げパン	牛乳	ミネストローネ 肉だんご② ブロッコリーサラダ	牛乳　きなこ　豚肉 鶏肉	パン　油　砂糖 じゃが芋　パン粉 でん粉	玉葱　白菜　人参　トマト ブロッコリー　キャベツ とうもろこし　レモン	814	31.1
13	火	ピラフ	牛乳	ポトフスープ ハート型煮込みハンバーグ チョコプリン	牛乳　鶏肉　豚肉 ベーコン	ごはん　油　砂糖 じゃが芋　でん粉 米粉	玉葱　人参　ピーマン マッシュルーム　にんにく 生姜　キャベツ　りんご	788	32.2
14	水	バターロール	牛乳	和風ミートスパゲティー わかさぎフリッター② コールスローサラダ（コーンクリーミードレッシング）	牛乳　鶏肉 わかさぎ　沖あみ のり	パン　スパゲティー 油　砂糖　小麦粉 でん粉　米粉	玉葱　人参　ピーマン にんにく　生姜　キャベツ 胡瓜　とうもろこし プルーン　レモン	802	28.1
15	木	わかめごはん	牛乳	ジャーシャン豆腐 えび焼売② 中華サラダ	牛乳　わかめ 生揚げ　豚肉　えび たら　大豆粉	ごはん　砂糖　油 でん粉　ごま油 小麦粉	筍　葱　人参　ピーマン 椎茸　にんにく　生姜 小松菜　キャベツ　玉葱	830	33.7
16	金	子供パン スライス	牛乳	豆腐とたまごのスープ 野菜コロッケ（中濃ソース） ほうれん草ソテー	牛乳　豆腐　たまご 鶏肉	パン　でん粉　油 じゃが芋　パン粉 小麦粉　砂糖	玉葱　人参　小松菜　椎茸 ほうれん草　とうもろこし いんげん	781	31.0
19	月	ごはん	牛乳	けんちん汁 さわらの竜田揚げ 磯香和え	牛乳　豆腐　鶏肉 さわら　のり	ごはん　里芋　油 でん粉	大根　ごぼう　人参　葱 椎茸　こんにゃく ほうれん草　キャベツ	796	33.3
20	火	ごはん	牛乳	チキンカレー チーズサラダ いちごのムース	牛乳　鶏肉　チーズ	ごはん　じゃが芋 油　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 レモン　いちご	888	31.2
21	水	中華めん	牛乳	キムチラーメンのスープ 揚げ餃子③ バンバンジーサラダ	牛乳　豚肉　鶏肉 大豆粉	めん　油　春雨 ごま油　砂糖 でん粉　小麦粉	キムチ　白菜　人参　葱 にら　にんにく　生姜 キャベツ　胡瓜	779	31.3
22	木	ごはん	牛乳	じゃが芋のそぼろ煮 彩の国なっとう こまツナサラダ	牛乳　鶏肉　大豆 まぐろ	ごはん　じゃが芋 砂糖　油　でん粉	玉葱　人参　いんげん 小松菜　キャベツ とうもろこし	831	32.8
26	月	ごはん	牛乳	豆腐の中華煮 ほうれん草のナムル ヨーグルト	牛乳　豆腐　豚肉 えび　いか ヨーグルト	ごはん　油　砂糖 でん粉　ごま油 ごま	筍　玉葱　人参　椎茸 生姜　にんにく ほうれん草　大豆もやし	800	38.6
27	火	ごはん	牛乳	じゃが芋の味噌汁 鶏肉のごまだれ 和風サラダ	牛乳　豆腐　油揚げ 鶏肉	ごはん　じゃが芋 でん粉　油　砂糖 ごま	大根　ごぼう　葱　人参 小松菜　キャベツ	867	36.0
28	水	はちみつパン	牛乳	ポークビーンズ オムレツ グリーンサラダ	牛乳　大豆　豚肉 たまご	パン　じゃが芋 砂糖　油　でん粉	玉葱　人参　ピーマン にんにく　トマト キャベツ　ほうれん草 ブロッコリー　レモン	823	35.7
29	木	ごはん	牛乳	筑前煮 さけフライ 小松菜和え	牛乳　鶏肉　さけ	ごはん　里芋 砂糖　油　パン粉 でん粉　小麦粉	れんこん　ごぼう　人参 いんげん　こんにゃく 小松菜　キャベツ とうもろこし	821	35.5

※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かわり目の行事です。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。