



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)	1人分 kcal	たんぱく質 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 ピビンパの具	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 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 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 ブルーベリー レモン	802	28.1
15	木	わかめごはん	牛乳	チャーシュー豆腐 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 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 パンハンジーサラダ	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 こまつナサラダ	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。