



2月 献立表(予定)



2024年

給食回数 19回

(中学校)

甘楽町学校給食センター TEL・FAX 74-5072

日 曜	献立名			1群	2群	3群	4群	5群	6群	エネルギー (kcal) たんぱく質 (g)	家で食べて ほしい食品	
	主食	飲物	おかず	たんぱく質	無機質	カロテン	ビタミン	炭水化物	脂質			
1 木	わかめうどん (バックうどん)	牛乳	信田煮 ほうれん草の磯香和え 青のり小魚	油揚げ たら 豚肉	牛乳 ひじき わかめ 小魚(イワシ)	にんじん ★ほうれん草	キャベツ たまねぎ ★白菜	うどん 砂糖 春雨 小麦粉	ごま油	757 33.3	種実類	
2 金	行事食 節分 ご飯	牛乳	鰯の梅煮 七目煮豆 けんちん汁	イワシ 豆腐 大豆 竹輪 豚肉 鶏肉 さつま揚げ	牛乳 昆布	にんじん	たけのこ ごぼう こんにゃく	★大根 しいたけ 梅	米 砂糖 里芋	油	753 36.5	くだもの
5 月	パーカーハウス	牛乳	ハンバーグデミグラスソースかけ ごぼうサラダ トマトと卵のスープ	鶏肉 豚肉 卵 ベーコン	牛乳	にんじん トマト	ごぼう きゅうり たまねぎ	★大根 ★かぶ	パン 砂糖 片栗粉 じゃがいも	ドレッシング	798 34.4	緑黄色野菜
6 火	麦ご飯	牛乳	ハヤシライス 根菜サラダ ●ヨーグルト	ツナ 豚肉	牛乳 ヨーグルト	にんじん トマト	★大根 ★かぶ コーン 枝豆 レモン にんにく しょうが たまねぎ マツタケ	米 麦 砂糖 じゃがいも	油	830 30.9	くだもの	
7 水	ご飯	牛乳	鱈の磯辺フライ コーンの磯煮 かきたま汁	アジ 卵 鶏肉 豆腐 高野豆腐 油揚げ	牛乳 わかめ ひじき 青のり	にんじん にら	こんにゃく コーン たけのこ	米 パン粉 小麦粉 砂糖 じゃがいも 片栗粉	油	761 31.1	野菜	
8 木	こめっこばん	牛乳	イカナゲット 3個 フロッキーサラダ スパゲッティナポリタン	イカ タラ 豚肉 ベーコン	牛乳 粉チーズ	にんじん フロッキー ピーマン 赤ピーマン	キャベツ コーン にんにく たまねぎ	パン スパゲッティ 小麦粉	油 バター ドレッシング	939 41.2	豆類	
9 金	中学校3の3 リクエスト献立 麦ご飯	牛乳	マーボー豆腐 ほうれん草のナムル フルーツ杏仁	豚肉 豆腐 大豆	牛乳	にんじん ほうれん草	にんにく しょうが ねぎ 干しいたけ たけのこ ★白菜 ★かぶ もも あんず	米 麦 砂糖 片栗粉 ゼリー	油 ごま ごま油 ドレッシング	762 28.2	魚介類	
12 月	振替休日											
13 火	コーンピラフ	牛乳	▲アメリカンドック (ケチャップ&マスタード) ミネストローネ	ウィンナー ベーコン	牛乳	にんじん パセリ トマト グリーンピース 赤ピーマン	コーン たまねぎ キャベツ にんにく	米 麦 小麦粉 砂糖 ★じゃがいも マカロニ	油	740 19.1	小魚	
14 水	おはぎ給食 ご飯	牛乳	鱈の照り焼き 筑前煮 田舎汁	サワラ 鶏肉 厚揚げ	牛乳	にんじん	こんにゃく ごぼう しいたけ たけのこ ★大根 ★白菜 ねぎ しめじ	米 砂糖 里芋 じゃがいも	油	752 36.3	乳製品	
15 木	中学校3の2 リクエスト献立 ▲みそラーメン (バック中華麺)	牛乳	揚げ餃子 2個 海藻サラダ 焼きプリンタルト	豚肉 卵	牛乳 わかめ 海藻 脱脂粉乳	にんじん にら	キャベツ きゅうり にんにく しょうが ★白菜 ねぎ コーン	中華麺 小麦粉 砂糖	油 ごま油 マーガリン	884 30.3	大豆製品	
16 金	受験応援メニュー 麦ご飯	牛乳	うすら卵カレー(うカレー) ほうれん草とツナのサラダ いよかん	ツナ 豚肉 豆乳 うすら卵	牛乳	にんじん ほうれん草 トマト	キャベツ コーン たまねぎ りんご にんにく しょうが いよかん	米 麦 じゃがいも	油 ドレッシング	827 31.2	小魚	
19 月	丸パン	ジョア	オムレツケチャップソースかけ コールスローサラダ コーンシチュー	卵 鶏肉 ベーコン	飲むヨーグルト 牛乳	にんじん	キャベツ きゅうり ★白菜 たまねぎ コーン	パン 砂糖 小麦粉 じゃがいも	油 バター ノンエッグマ ヨネース	764 33.7	緑黄色野菜	
20 火	中学校3の1 リクエスト献立 ご飯	牛乳	鶏の唐揚げ 2個 チーズサラダ ABCスープ	鶏肉 ベーコン	牛乳 チーズ	にんじん フロッキー 赤ピーマン 黄ピーマン	しょうが にんにく キャベツ きゅうり たまねぎ コーン	米 マカロニ 小麦粉 片栗粉	油 ドレッシング	805 33.1	豆類	
21 水	～味の旅～ 千葉県 高津の鶏めし	牛乳	鱈のさんが焼き ひじきサラダ 鰯の団子汁	アジ イワシ たら 豆腐 鶏肉	牛乳 ひじき	にんじん	しょうが きゅうり キャベツ ★ねぎ 水菜 たまねぎ ごぼう たけのこ	米 麦 砂糖 片栗粉	油 ラー油	790 39.5	きのこ類	
22 木	▲ココア揚げパン	牛乳	いかくんサラダ 肉団子と野菜のトマト煮	いかくんせい 豚肉 鶏肉 いんげん豆	牛乳	にんじん トマト	★大根 きゅうり セロリ にんにく たまねぎ しめじ	パン 砂糖 マカロニ じゃがいも	油 オーブナイ ル	811 30.5	魚介類	
23 金	天皇誕生日											
26 月	黒パン(小)	牛乳	カレーうどん 竹輪の磯部揚げ じゃがいものきんぴら	竹輪 豚肉	牛乳 青のり	にんじん にら	ごぼう こんにゃく たまねぎ ねぎ はくさい	パン 砂糖 うどん 小麦粉 じゃがいも	油 ごま	921 36.2	豚肉	
27 火	甘楽町がホストタウンの ニカラグア料理 ガチョピント	牛乳	カルネアサーダ・チレ ハニーマスタードサラダ インディオ・ホビエ	ベーコン 鶏肉 豚肉 赤いんげん豆	牛乳	にんじん トマト フロッキー 赤ピーマン 黄ピーマン	たまねぎ にんにく キャベツ きゅうり	米 砂糖 はちみつ コーンスターチ	油 オーブナイ ル	803 37.0	乳製品	
28 水	麦ご飯	牛乳	にら饅頭 2個 八宝菜 キウイ	豚肉 うすら卵 いか えび	牛乳	にら にんじん	たまねぎ はくさい もやし たけのこ ★キウイ	米 麦 片栗粉 もちろ 砂糖	油 ごま油	811 35.9	種実類	
29 木	食パン	牛乳	エビカツ(ソース) ツナマヨサラダ ポトフ	えび 卵 ウィンナー 豚肉 ツナ	牛乳	にんじん ★ほうれん草 フロッキー	キャベツ きゅうり コーン たまねぎ ★かぶ しめじ	パン パン粉 砂糖 小麦粉 じゃがいも 片栗粉	油 ノンエッグマ ヨネース	841 36.7	くだもの	

*材料購入の都合で、献立を変更する場合があります。
印は、ハッピーにんじんの日 ●印:学校への業者配送品
印は、Qカード10ポイント達成したクラスからのリクエストです。
13日:アメリカンドック 新屋小3松
15日:みそラーメン 福島小2の1
22日:ココアあげパン 小幡小4松・5松

2月27日(火)は[ニカラグア料理]です!

○ガチョピント: レッドキドニー(赤いんげん豆)を入れた炊き込みごはんです。
○カルネアサーダ・チレ: アチョーテという紅の木から取れる粉と調味料に肉を漬けて焼いた料理です。チレというタレをかけます。
○インディオ・ホビエ: 肉と野菜の煮込み料理で、ニカラグアの家庭料理です。



中学校月平均

エネルギー	808 kcal
たんぱく質	33.4 g
脂質	24.3 g
塩分	2.7 g

★宇の食品は、甘楽・富岡で作られた食材です。
★印:有機野菜を表示しています。