

令和5年度		2月分 小学校給食予定献立表(広田小学校)				鴻巣市教育委員会
日曜	献立名	食 品 の 種 類				エネルギー
		エネルギーのもとになる(黄)	体をつくるもとになる(赤)	体の調子を調えるもとになる(緑)	調味料	たんぱく質
1 木	牛乳		牛乳			623
	手巻き寿司・酢飯・手巻きのり	米 砂糖	のり		塩 酢	
	スティック卵焼き(2こ)		卵焼き			30.3
	焼肉	砂糖 ごま 油	豚肉		しょうゆ 酒	
	刻みたくあん			たくあん		19%
	呉汁(埼玉県の郷土料理)		大豆 豆腐 みそ	にんじん だいこん ねぎ	かつおだし	
2 金	牛乳		牛乳			626
	ターメリックライス	米 大麦			ターメリック チンタン 塩	
	バターチキンカレー	油 バター	鶏肉 ヨーグルト 生クリーム 牛乳	にんにく しょうが 玉ねぎ トマト	ターメリック 塩 クミン コリアンダー ガラムマサラ パプリカ粉	22.6
5 月	フルーツナタデココ	ナタデココ		みかん 黄桃 和梨		14%
	牛乳		牛乳			618
	さやまつ茶揚げパン	米粉ツイストパン きび砂糖 油			抹茶 塩	
	ほたてとじゃがいものクリーム煮	油 じゃがいも 小麦粉 バター	ほたて ベーコン チーズ 牛乳	玉ねぎ にんじん しめじ	コンソメ 塩 こしょう	28.6
6 火	フラワーサラダ			ブロッコリー カリフラワー コーン		19%
	牛乳		牛乳		ドレッシング	644
	鶏ねぎゆず塩うどん	地粉うどん				
	青菜炒め	油 砂糖 ごま油	鶏肉	にんじん ねぎ しめじ ゆず	酒 チキンガラスープ 和風だし うすくしょうゆ みりん 塩 こしょう	21.4
	りんごのマフィン	小麦粉 バター グラニュー糖 はちみつ	ベーコン 卵 ヨーグルト	こまつな キャベツ にんじん	塩 こしょう スープストック	13%
7 水	牛乳		牛乳			628
	ビビンバ風炊き込みごはん	米 油 砂糖 ごま油	豚肉 みそ	にんじん にら 大豆もやし	しょうゆ コチュジャン 豆板醤 塩 酒	
	ヤンニョムチキン	でんぶん 油 砂糖 ごま油	鶏肉	にんにく	酒 塩 こしょう ケチャップ コチュジャン みりん	29.2
	わかめスープ	ごま	わかめ とうふ	ねぎ にんじん えのきたけ	中華だし 塩 しょうゆ	19%
8 木	みかん		みかん			615
	牛乳		牛乳			
	黒パン	黒パン				30.0
	ホキのパン粉焼き	パン粉 ごま 油	ホキ チーズ	パセリ		
	コーンポテト	油 じゃがいも	コーン	コーン	塩 こしょう	20%
	ミネステ麦麦リゾット	大麦 オリブオイル	ベーコン あさり	玉ねぎ にんじん ビーマン セロリ トマト にんにく	スープストック 塩 こしょう	
9 金	牛乳		牛乳			630
	ごはん(こうのとり伝説米)	米				
	いわしのかば焼き(低1こ・高2こ)	油 砂糖 きび砂糖	いわしでんぶんつき		酒 しょうゆ	23.9
	卵の花炒め	油 砂糖	おから	にんじん ねぎ 干しいたけ ほうれんそう	しょうゆ 酒	
13 火	みそけんちん汁	さといも 油	鶏肉 豆腐 みそ	にんじん だいこん ねぎ こんにゃく	かつおだし しょうゆ	15%
	牛乳		牛乳			746
	ハヤシライス	米				
	わかめサラダ	じゃがいも 油 ハヤシルウ 砂糖	牛肉 スキムミルク	にんにく しょうが 玉ねぎ にんじん	トマトピューレ ケチャップ コンソメ 白ワイン 中濃ソース 塩 こしょう	22.2
	手作りチョコケーキ	小麦粉 チョコレート バター チョコチップ グラニュー糖 粉糖	わかめ	きゅうり コーン キャベツ	ドレッシング	12%
14 水	牛乳		牛乳			605
	ごはん	米				
	豚肉とほうれんそうの卵炒め	ノンエッグマヨネーズ でんぶん 油	卵 豚肉	ほうれんそう トマト えのきたけ	酒 塩 こしょう オイスターソース	24.0
	玉ねぎとごぼうとにんじんのスープ	じゃがいも 油		ごぼう にんじん 玉ねぎ さやいんげん	スープストック 塩 こしょう	16%
15 木	ぼんかん		ぼんかん			595
	牛乳		牛乳			
	ツイストパン	ツイストパン				27.1
	塩焼きそば	蒸し中華めん ごま油	豚肉 いか	にんじん もやし キャベツ にんにく	塩 こしょう 酒 中華だし オイスターソース 唐辛子粉	
	たこ焼き(低1こ・高2こ)	米粉たこ焼き			中濃ソース	18%
	はくさいと卵のとうみスープ	でんぶん	卵	はくさい 干しいたけ ねぎ	中華だし 酒 しょうゆ 塩 こしょう	

日曜	献立名	食 品 の 種 類				エネルギー
		エネルギーのもとになる(黄)	体をつくるもとになる(赤)	体の調子を調えるもとになる(緑)	調味料	たんぱく質
16 金	牛乳		牛乳			637
	ごはん	米				
	赤魚の白しょうゆ焼き		赤魚の白しょうゆ漬け			32.2
	五目煮豆	砂糖 油	鶏肉 さつま揚げ 大豆	にんじん こんにゃく たけのこ えだまめ	しょうゆ みりん	
	肉だんご汁	じゃがいも	肉だんご 豆腐 みそ	ごぼう にんじん 玉ねぎ	かつおだし	20%
19 月	牛乳		牛乳			592
	わかめ菜飯	米 大麦 ごま	わかめふりかけ	こまつな	酒	
	こまいフライ	油	こまいフライ			21.6
	どさんこ汁 (北海道の郷土料理)	油 じゃがいも バター	豚肉 みそ	玉ねぎ にんじん にら もやし コーン	かつおだし	
20 火	いよかん			いよかん		15%
	牛乳		牛乳			
	タンメン	ホット中華めん				628
	じゃがチー揚げ	油 ごま	豚肉 あさり ほたて	にんにく にんじん にら キャベツ もやし 干しいたけ ねぎ	中華だし 塩 こしょう	
	いちご(2こ)	ポテトペースト でんぶん 油	チーズ 卵		塩 こしょう	18%
21 水	牛乳		牛乳			670
	冬野菜カレーライス	米				
	フルーツポンチ	油 バター 小麦粉 じゃがいも	豚肉 スキムミルク	しょうが にんにく にんじん だいこん れんこん はくさい ほうれんそう ブロッコリー すりおろしりんご 炒め玉ねぎ	カレー粉 スープストック ケチャップ ウスターソース こしょう 塩	22.4
	チーズ	ぶどうゼリー		パイン みかん 黄桃 りんご		13%
22 木	牛乳		牛乳			699
	クロックムッシュ	食パン 小麦粉 バター	牛乳 ハム チーズ	玉ねぎ	塩 こしょう	
	ポトフ	じゃがいも	豚肉 うずら卵	にんじん 玉ねぎ キャベツ パセリ	コンソメ 塩 こしょう 白ワイン	31.8
	富士山ゼリー	富士山ゼリー				18%
26 月	牛乳		牛乳			587
	ごはん	米				
	ほっけの塩焼き		ほっけ一夜干し			25.8
	肉じゃが	油 じゃがいも 砂糖	豚肉	にんじん 玉ねぎ しらたき さやいんげん	しょうゆ みりん 塩	
	みぞれ汁	でんぶん	厚揚げ	だいこん にんじん こまつな ねぎ	かつおだし しょうゆ 酒 塩	18%
27 火	牛乳		牛乳			610
	カレー南蛮	地粉うどん				
	わかさぎフライ(低2こ・高3こ)	油 小麦粉 でんぶん	豚肉 油揚げ	にんじん 玉ねぎ ねぎ	かつおだし カレー粉 しょうゆ 酒 塩	26.9
	花野菜のこましょうゆ和え	ごま油 ごま		ブロッコリー カリフラワー	しょうゆ	18%
28 水	牛乳		牛乳			612
	食パン	食パン				
	メーブルソース	メーブルソース				28.3
	チリコンカン	油	大豆 豚肉	玉ねぎ にんじん にんにく	白ワイン トマトソース ケチャップ ウスターソース 塩 こしょう オレガノ チリパウダー	
	イタリアンサラダ	油 砂糖		キャベツ きゅうり 赤パプリカ コーン	酢 塩 こしょう	18%
29 木	ヨーグルト風ムース	ヨーグルト風ムース				18%
	牛乳		牛乳			
	ごはん	米				668
	厚焼き卵		厚焼き卵			
	ほうれんそうともやしのごま和え	ごま 砂糖		ほうれんそう もやし	しょうゆ	29.8
2月5日(月)	すき焼き風煮	油 砂糖	牛肉 焼き豆腐	ねぎ にんじん しらたき はくさい 玉ねぎ	しょうゆ 酒	18%
	はしは毎日 忘れずに持てきましよう		給 食 回 数 19 回	学校給食摂取基準 たんぱく質 摂取エネルギーの13～20%	エネルギー 650 kcal 2月平均摂取量 633 kcal 26.9g(16. 8%)	
	* 材料入荷の都合により変更になることがあります。アレルギー食品については表示していませんが、加工食品等で使用されている場合がありますのでご注意ください。					
	【肉・青果等の産地(令和5年度1月分)】使用した主な食材の産地をお知らせします。なお、市内小学校で共同購入する食材は市ホームページをご覧ください。					
	豚肉:鴻巣 鶏肉:青森 にんじん:鴻巣、北本、埼玉 玉ねぎ:北海道 さといも:鴻巣 こまつな:埼玉 ねぎ:鴻巣 だいこん:広田小、鴻巣 水菜:群馬 はくさい:鴻巣 ビーマン:鹿児島					
ほたてが登場します!			2月5日(月) 「ほたてとじゃがいものクリーム煮」			北海道から ほたてを無償で提供いただきました。