

令和6年2月



献立予定表(中学校)



香取市学校給食センター  
(第一調理場・第二調理場)

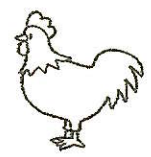
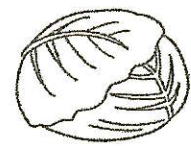
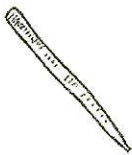
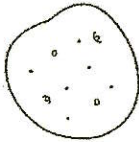
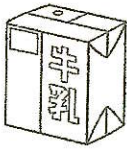
日	曜日	献立名		主な材料とその働き						栄養価				
		主食	牛乳	副食	体の組織をつくる		体の調子を整える		エネルギーになる		kcal	たんぱく質 g	塩分 g	
					1群	2群	3群	4群	5群	6群				
1	木	ごはん	○	パオズ② たまごスープ * マーラーカオ 大根と豚肉のオイスターソース煮	卵 豚肉 大豆	牛乳 わかめ	人参 いんげん	玉ねぎ 生姜 にんにく 筍 キャベツ 大根 椎茸	米 砂糖 澱粉 小麦粉 パン粉	油 ごま油	836	33.0	3.3	
2	金	ごはん	○	いわし梅煮 けんちん汁 五目煮 (福豆)	鶏肉 さつまいも いわし 大豆 油揚げ 豆腐	牛乳 片いわし	人参 小松菜	梅 大根 筍 グリンピース	米 砂糖 里芋 さつまいも じゃが芋	油 ごま	775	37.9	2.9	
5	月	ごはん	○	厚焼き玉子 豚丼の具 わかめサラダ * みかんゼリー	豚肉 かまぼこ 卵	牛乳 わかめ	ブロッコリー	玉ねぎ キャベツ 長ねぎ みかん にんにく 生姜	米 砂糖	油	809	36.2	3.1	
6	火	ごはん	○	鶏のごまネーズ焼き じゃがいものそぼろ煮 青菜おかか炒め	厚揚げ 豚肉 油揚げ 鶏肉 かつお節	牛乳	人参 いんげん 小松菜	筍 長ねぎ にんにく もやし しめじ 生姜	米 砂糖 じゃが芋 三温糖 澱粉	油 ごま油 マヨネーズ	826	39.2	2.5	
7	水	きなこ揚げパン ★揚げパン用に、ビニールと手袋(クラスに1組)がつかます。	○	カレーポターージュ ひじきのサラダ * ソファールレモン	きなこ 鶏肉	牛乳 ひじき スキムミルク	人参 ほうれん草 ブロッコリー	玉ねぎ マッシュルーム 枝豆 コーン カリフラワー 長ねぎ レモン	パン 三温糖 マカロニ 砂糖	油	895	37.1	3.0	
8	木	ごはん	○	ささみチーズフライ 豚汁 *モチクリームアイス こんにやくサラダ (青しそドレッシング)	みそ 鶏肉 豚肉 豆腐	牛乳 チーズ スキムミルク	人参 ブロッコリー 青しそ	大根 ごぼう 長ねぎ キャベツ	米 里芋 砂糖 餅米 パン粉 米粉 小麦粉 澱粉	油	853	32.3	2.1	
9	金	ごはん	○	いかチリソースフライ 厚揚げの中華煮 ナムル	豚肉 厚揚げ いか	牛乳 あみえび	人参 小松菜 ほうれん草	にんにく 筍 玉ねぎ もやし 椎茸 長ねぎ キャベツ 生姜	米 砂糖 澱粉 パン粉 小麦粉	油 ごま	842	32.4	2.9	
13	火	ごはん	○	さけ塩焼き 白玉汁 切干大根のパワーアップ煮	さけ 鶏肉 牛肉 油揚げ なたと	牛乳	人参 ほうれん草	玉ねぎ 長ねぎ 切干大根	米 白玉餅 砂糖	くすみ	801	40.1	2.6	
<p>世界を味わおう献立『モンゴル』 ●今回は、モンゴル料理を給食風にアレンジしました。モンゴルは、乾燥した大地が広がる遊牧民族が多い国です。料理の特徴として、保存ができるじゃが芋や肉、乳製品が多く使われます。『ホーショール』は、肉を小麦粉で作った皮に包んで揚げた料理で『ノゴートイシュル』はラム肉(羊)を使った野菜スープです。今回、給食ではじめてラム肉が登場します。『ニースレル・サラダ』はハム入りポテトサラダです。</p>														
14	水	* コッペパン (ホイップバター)	○	ホーショール ノゴートイシュル ニースレル・サラダ (マヨネーズ)	鶏肉 ハム 豚肉 ラム肉	牛乳	人参	にんにく 生姜 玉ねぎ セロリ きゅうり キャベツ	パン 砂糖 小麦粉 澱粉 じゃが芋	油 バター マヨネーズ	855	27.1	3.2	
15	木	ごはん	○	かに玉風味あんかけ 麻婆豆腐 * ストロベリーフレッシュ チレギサラダ	卵 かに 豆腐 かまぼこ みそ 豚肉	牛乳 わかめ	人参 にら	筍 椎茸 生姜 グリンピース にんにく キャベツ いちご きゅうり 玉ねぎ 長ねぎ	米 砂糖 澱粉	油 ごま ごま油	839	30.5	4.0	
16	金	わかめごはん	○	えびカツ 肉じゃが マヨおひたし	大豆 ハム 卵 豚肉 えび かつお節 糸よりだい	牛乳 わかめ	人参 ほうれん草 いんげん	玉ねぎ もやし	米 パン粉 じゃが芋 三温糖 小麦粉 砂糖	油	859	35.9	3.8	
19	月	ごはん	○	チキンカレー ヨーグルト和え (まんでん大豆)	鶏肉 大豆	牛乳 粉チーズ ヨーグルト スキムミルク	人参 ほうれん草	にんにく 生姜 黄桃 玉ねぎ パインアップル	米 ゼリー じゃが芋	油 カレールウ	874	28.5	2.6	
20	火	ごはん	○	ぶり塩焼き かきたま汁 (鉄分ウエハース) ごぼうと牛肉の煮物	鶏肉 なたと ぶり 牛肉 卵	牛乳	人参 ほうれん草	玉ねぎ ごぼう	米 小麦粉 澱粉 砂糖	油 ココア	805	39.5	2.7	
21	水	* パターロール	○	肉団子トマトソース② 野菜のミルクスープ さつまいもとかぼちゃのサラダ (マヨネーズ)	鶏肉	牛乳 スキムミルク	人参 かぼちゃ ほうれん草	玉ねぎ レーズン コーン キャベツ	パン 砂糖 澱粉 パン粉 さつまいも	油 くすみ マヨネーズ	838	30.0	2.7	
22	木	ごはん	○	白身魚のレモンソース さつまいも (一口りんごゼリー) ピーマンとこんにやくじゃこ炒め	豚肉 豆腐 ちくわ みそ メルルーサ	牛乳 しらす	人参 小松菜 ピーマン 赤ピーマン	大根 レモン りんご	米 澱粉 さつまいも 三温糖 砂糖	油 ごま油	818	33.7	3.5	
26	月	ごはん	○	さわら西京焼き 筑前煮 * チーズタルト ごま和え	鶏肉 さわら みそ 卵 ちくわ	牛乳 チーズ	人参 いんげん 小松菜	ごぼう レモン 筍 椎茸 カリフラワー	米 砂糖 小麦粉	油 ごま ごま油	875	39.1	2.7	
27	火	ごはん	○	鉄鍋棒餃子 みそワタンスープ 厚揚げのピリッと炒め	みそ 豚肉 鶏肉 厚揚げ	牛乳	人参 にら	キャベツ 生姜 長ねぎ コーン 白菜 もやし 玉ねぎ にんにく	米 澱粉 ワタンスープ 砂糖 小麦粉	油 ごま油	815	32.1	3.3	
28	水	* 丸パン	○	ハンバーグトマトソース ほたてとキャベツのクリーム煮 いんげんツナソテー (スライスチーズ)	豚肉 鶏肉 ベーコン ツナ ほたて	牛乳 チーズ スキムミルク	トマト 人参 ほうれん草 いんげん	玉ねぎ マッシュルーム キャベツ もやし コーン にんにく	パン パン粉 澱粉 澱粉 じゃが芋	油 オリーブオイル	938	44.1	4.7	
29	木	ごはん (お魚そぼろ)	○	かぼちゃコロッケ すき焼き風煮 * いよかんゼリー 花野菜のピーナッツ和え	豚肉 豆腐 かんばん	牛乳	人参 ブロッコリー かぼちゃ	玉ねぎ 白菜 えのき茸 大根 長ねぎ いよかん カリフラワー 生姜	米 小麦粉 澱粉 じゃが芋 砂糖 パン粉	油 落花生	852	28.2	2.9	
★材料・その他の都合により献立を変更する場合があります。ご了承ください。★は学校直送品です。											今月の平均	842	34.5	3.0
★この献立表は主な材料のみ記載しております。アレルギー対応の資料ではありません。											基準値	830	27.0~ 41.5	2.5未満
★魚には骨があります。注意して食べましょう。														
★2月分の給食費の引き落としは2月29日(木)です。口座を確認し残高不足のないようお願いいたします。														

令和5年7月～令和6年3月までの献立は「電力・ガス・食料品等価格高騰重点支援地方交付金」を活用しています。





## 2月分給食用食材の産地(予定)



品名	産地(予定)
米	香取市
牛乳	千葉県
じゃが芋	北海道
さつまい	香取市
キャベツ	千葉県
きゅうり	千葉県
ごぼう	香取市
セロリ	静岡県
大根	千葉県
にら	千葉県 茨城県
にんじん	香取市
白菜	茨城県
ピーマン	茨城県
赤ピーマン	韓国
緑豆もやし	栃木県
こまつな	香取市
長ねぎ	香取市 千葉県
玉ねぎ	北海道
マッシュルーム	香取市
豚肉	千葉県
鶏肉	香取市 千葉県 青森県 北海道
牛肉	オーストラリア
ラム肉	ニュージーランド オーストラリア

●当日の市場の入荷状況により、産地が変更になる場合があります。