

令和7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)

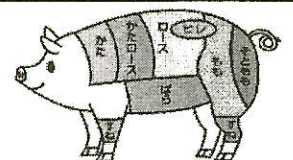
日	曜	日	献立名		主な材料とその働き						栄 養 価												
			主 食	牛乳	副 食	体の組織をつくる		体の調子を整える		エネルギーになる		エネルギー kcal	たんぱく質 g	塩分 g									
						1群	2群	3群	4群	5群	6群												
3	月		ごはん	○	いわし梅煮 じゃが芋のそぼろ煮 ごま和え *いちごゼリー	いわし 豚肉 厚揚げ	牛乳	人参 小松菜	梅 筍 枝豆 いちご キャベツ	米 水あめ 砂糖 ゼリー 三温糖 澱粉 じゃが芋	油 ごま	802	32.6	2.4									
4	火		ごはん	○	ぎょうざ② マーボ豆腐 ナムル	豚肉 みそ 豆腐	牛乳	人参 にら ほうれん草	キャベツ 生薑 にんにく 椎茸 長ねぎ 筍 もやし	米 小麦粉 砂糖 澱粉	油 ごま ごま油 ドレッシング	837	30.8	3.3									
5	水		*テーブル ロール	○	水郷鶏のチーズ焼き マカロニクリーム煮 スイートポテトサラダ	鶏肉 ベーコン	牛乳 チーズ スキムミルク	人参 パセリ	玉ねぎ コーン キャベツ きゅうり	パン 小麦粉 マカロニ 砂糖 さつま芋 塩こうじ	油 ドレッシング	883	37.8	3.5									
6	木		ごはん	○	かぼちゃひき肉フライ さつま汁 五目煮	豚肉 鶏肉 豆腐 みそ さつま揚げ	牛乳	かぼちゃ 人参 小松菜	玉ねぎ 大根 グリーンピース 筍	米 パン粉 砂糖 小麦粉 じゃが芋 さつま芋	油	868	32.0	2.9									
7	金		きのこ スパゲッティ	○	チーズオムレツ ツナサラダ *たまごプリン (アーモンドフィッシュ)	ベーコン 卵 ツナ	牛乳 チーズ わかめ 片口いわし	人参 赤ピーマン	にんにく しめじ 玉ねぎ キャベツ えのき草 コーン マッシュルーム	スパゲッティ 砂糖 澱粉	バター ごま オリーブオイル ドレッシング アーモンド 油	836	36.3	4.9									
10	月		ごはん (鶏そぼろ)	○	赤魚かつぼう漬け焼き 沢煮碗 すいとんdeぜんざい *ソファールレモン	赤魚 豚肉 かつお節 小豆 鶏肉	牛乳 くきわかめ スキムミルク	人参	玉ねぎ 大根 えのき草 ごぼう レモン	米 砂糖 すいとん 三温糖 水あめ	油	836	38.2	2.4									
12	水		*黒糖食パン	○	ほきトマトクリームフライ 千葉ポトフ ブロッコリー (サウザンドドレッシング)	ほき ベーコン ウインナー	牛乳 スキムミルク クリームチーズ	トマト 人参 パセリ ブロッコリー	玉ねぎ コーン にんにく 大根 キャベツ	パン 黒糖 砂糖 小麦粉 小麦粉 澱粉 じゃが芋	油	833	31.0	3.3									
13	木		ごはん	○	●肩ロースという部位を使って「とんかつ」を作ります。肩ロースは1頭の豚から5kgしかとれない貴重な部位ですので、お楽しみに！ 手作り豚かつ とろとろキーマカレー *いよかんゼリー										豚肉 鶏肉 ひよこ豆 卵	牛乳 スキムミルク 粉チーズ	人参 いんげん	にんにく 生薑 玉ねぎ コーン いよかん	米 天ぷら粉 パン粉 砂糖 ゼリー	油 カレーパウダー	984	38.0	3.2
14	金		ごはん	○	●ブライトピック千葉さまより、無償提供していただいた、ブランド豚「志澤豚 米仕上げ」を使った、生薑たっぷりの体も心も温まる生薑炒めです。お楽しみに！ ハンバーグねぎソース すいとん 志澤豚のぼかぼか生薑炒め										鶏肉 豚肉	牛乳	人参	玉ねぎ 長ねぎ にんにく 大根 ごぼう しめじ 生薑	米 パン粉 砂糖 澱粉 すいとん	油 ごま油	889	39.6	3.7
17	月		ごはん	○	鉄鍋棒ぎょうざ 春雨丼の具 チョレギサラダ	豚肉	牛乳 わかめ	人参 にら	キャベツ 生薑 きゅうり 長ねぎ にんにく 筍 椎茸 白菜	米 砂糖 小麦粉 澱粉 春雨	油 ごま ごま油 ドレッシング	835	28.4	3.1									
18	火		ごはん	○	さばのみそ煮 かきたま汁 ごぼうサラダ (焙煎ごまドレッシング)	さば みそ 豆腐 なた かまぼこ 卵	牛乳	人参 ほうれん草	玉ねぎ ごぼう きゅうり	米 砂糖 澱粉	ごま ドレッシング	850	33.7	2.8									
19	水		*黒糖パン	○	パンキンアンサンブルエッグ こかぶのシチュー ほうれん草のソテー	鶏肉 卵 ベーコン ハム	牛乳 スキムミルク	かぼちゃ かぶの葉 ほうれん草	玉ねぎ かぶ マッシュルーム コーン もやし	パン 黒糖 砂糖 澱粉	油	835	31.1	3.4									
20	木		ごはん	○	シルバーレモン風味焼き のっぺい汁 人参しりしり (チーズ)	シルバー 鶏肉 豚肉 油揚げ 卵 豆腐	牛乳 チーズ	パセリ 人参 にら	レモン 大根 長ねぎ	米 パン粉 じゃが芋 澱粉	マヨネーズ 油	793	38.4	3.1									
21	金		スパゲッティ ミートソース	○	●クリームチーズ92kg 卵37kg(617個) グラニュー糖28kg ヨーグルト37kg 生クリーム24kg 小麦粉19kgを使って、約4600個のチーズケーキを給食センターで焼きます。お楽しみに！ カップチーズケーキ かぼちゃとポテトのサラダ (マヨネーズハーフ) *りんご										豚肉 卵	牛乳 粉チーズ ヨーグルト クリームチーズ	人参 トマト パセリ かぼちゃ	玉ねぎ マッシュルーム コーン りんご きゅうり	スパゲッティ 小麦粉 グラニュー糖 じゃが芋	油 ハヤシラウ 生クリーム マヨネーズ	782	30.8	2.6
25	火		ごはん	○	白身魚のレモンソース 香取の具沢山汁 ひじきの炒り豆腐 *元気ヨーグルト	鶏肉 豆腐 メルルーサ 油揚げ	牛乳 ひじき ヨーグルト	人参	レモン 大根 キャベツ 枝豆 マッシュルーム	米 澱粉 三温糖 砂糖	油	821	41.4	3.1									
26	水		*さつま芋パン	○	水郷鶏のチキンピカタ (トマトケチャップ) 野菜のミルクスープ 花野菜サラダ (フレンチドレッシング)	鶏肉 卵 ベーコン	牛乳 スキムミルク	人参 ほうれん草 ブロッコリー	玉ねぎ 白菜 カリフラワー きゅうり コーン	パン 砂糖 さつま芋 小麦粉	油	785	38.5	3.1									
27	木		ごはん	○	丸オムレツ チキンカレー *ブルーヨーグルト たまごの加工品で、加熱しても所費風の ソースは固まりません。	鶏肉 卵	牛乳 スキムミルク 粉チーズ ヨーグルト	人参	にんにく 生薑 玉ねぎ ブルー	米 澱粉 じゃが芋 水あめ	油 カレーパウダー	816	31.7	3.1									
28	金		ごはん	○	めひかりの立田揚げ② 千葉の恵みまんてん汁 マヨおひたし *さつま芋と栗のタルト	めひかり ハム 豚肉 豆腐 みそ 豆乳 かつお節	牛乳	人参 小松菜 ほうれん草	生薑 キャベツ マッシュルーム もやし	米 澱粉 栗 さつま芋 じゃが芋 砂糖 米粉	油 ドレッシング	832	34.0	2.2									
★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	839	34.6	3.1									
★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28日(金)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。																							

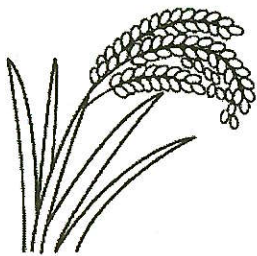
ブライトピック千葉さまより、ブランド豚「志澤豚 米仕上げ」を無償提供していただきました。

志澤豚は3種類の品種を掛け合わせてできた「三元豚」で、安定した肉質です。

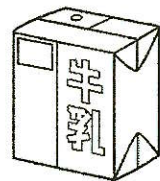
また、東総地域でとれたお米を食べて育てているので、脂っぽさがなく、あっさりしていて甘みを感じるお肉です。

14日の生薑炒めは志澤豚の「もも肉」と「ロース肉」の2種類の部位を使って作りますのでお楽しみに！！

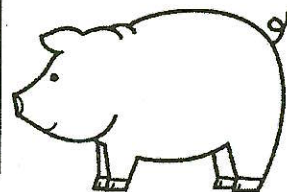
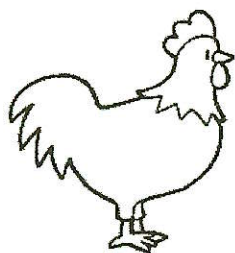
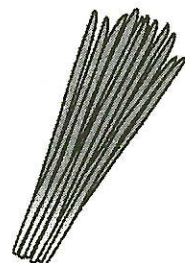
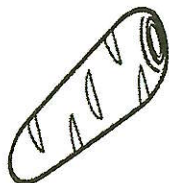
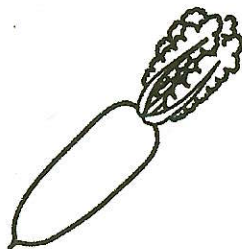
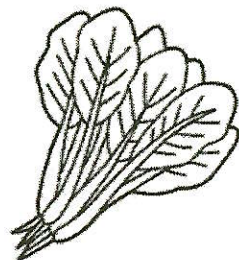




2月分給食用食材の産地(予定)



品名	産地(予定)
米	香取市
牛乳	千葉県
じゃがいも	北海道
さつまいも	香取市
キャベツ	千葉県
きゅうり	千葉県 茨城県
大根	千葉県
玉ねぎ	北海道
にら	香取市 千葉県
にんじん	香取市
長ねぎ	香取市 千葉県
白菜	茨城県
緑豆もやし	栃木県
パセリ	千葉県 茨城県 香川県
かぶ	香取市
こまつな	香取市
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
牛肉	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。