



2月 予定献立表

城陽市立学校給食センター 幼稚園



大豆のヒミツ



大豆には、ほかにどんなヒミツがあるか
しらべてみよう。



2月1日(水)			2月8日(水)			2月15日(水)			2月22日(水)		
ごはん 豆腐チゲ 切り干し大根のナムル 城陽市の人参・白菜・ こまつなを使用!			麦ごはん けんちん汁 かみかみ肉みそ丼 城陽市の青ねぎを使用!			ごはん 鶏団子とエビのくず汁 カラフルひじき豆 赤しそふりかけ			ごはん 具だくさんみそ汁 わかさぎの南蛮漬け うんしゅうみかん		
食品名	1人分量		食品名	1人分量		食品名	1人分量		食品名	1人分量	
(黄) 精白米	65 g		(黄) 精白米	58 g		(黄) 精白米	65 g		(黄) 精白米	65 g	
(赤) 豚肉スライス	16 g		(黄) 麦	6 g		(赤) 鶏つくね	24 g		(赤) 油揚げ	6 g	
(赤) 豆腐	20 g		(赤) 鶏肉	15 g		(赤) むきえび	8 g		(赤) 豚肉スライス	12 g	
(緑) 白菜キムチ	9 g		(赤) 豆腐	21 g		(赤) 人参	9 g		(緑) 緑豆もやし	10 g	
(黄) マロニー	3 g		(赤) 油揚げ	6 g		(緑) 玉ねぎ	9 g		(緑) キャベツ	10 g	
(緑) 人参	9 g		(緑) ごぼう	9 g		(緑) チンゲンサイ	11 g		(緑) 人参	9 g	
(緑) 白菜	26 g		(緑) 人参	9 g		(緑) しょうが	0.4 g		(緑) 玉ねぎ	10 g	
(緑) 青ねぎ	4.3 g		(黄) 色紙切こんにやく	14 g		(緑) 淡口しょうゆ	3.6 g		(緑) 青ねぎ	3.4 g	
(赤) 中辛みそ	3.6 g		(緑) 青ねぎ	4 g		塩	0.1 g		(赤) 中辛みそ	6.0 g	
(赤) 赤みそ	2.4 g		濃口しょうゆ	2.1 g		みりん	0.2 g		(赤) 白みそ	1.1 g	
チゲ鍋の素	2.1 g		淡口しょうゆ	2.2 g		(黄) でんぷん	0.9 g		削り節	2.1 g	
みりん	0.2 g		酒	0.4 g		削り節	1.7 g		水	89 g	
煮干	2.1 g		塩	0.05 g		水	89 g		(赤) 粉付わかさぎ	26 g	
水	81 g		削り節	2.1 g		(赤) 大豆(ドライパック)	7 g		(黄) 米油(揚げ油)	5 g	
(緑) 切り干し大根	1.7 g		水	85 g		(赤) 大豆(ドライパック)	7 g		(緑) 人参	4 g	
(緑) 緑豆もやし	6 g		(赤) 豚肉ミンチ	26 g		(緑) (冷)むき枝豆	5 g		(緑) 玉ねぎ	4 g	
(緑) 人参	6 g		(緑) かんぴょう	1 g		(赤) 芽ひじき	1 g		(黄) 三温糖	1.3 g	
(緑) こまつな	12 g		(緑) キャベツ	13 g		(赤) さつま揚げ	4 g		(濃) 濃口しょうゆ	2.6 g	
(赤) ツナ(ノンオイル)	4 g		(緑) 玉ねぎ	36 g		(黄) 三温糖	1.1 g		りんご酢	2.6 g	
濃口しょうゆ	1.7 g		(緑) 人参	9 g		みりん	0.5 g		一味唐辛子	0.01 g	
酢	0.7 g		(緑) ピーマン	7 g		濃口しょうゆ	2 g		(緑) うんしゅうみかん	1 こ	
(黄) こま油	0.6 g		(緑) しょうが	1.5 g		煮干	0.4 g				
(黄) 三温糖	0.3 g		(緑) おろしにんにく	1 g		水	12 g				
一味唐辛子	0.01 g		(赤) 赤みそ	5.8 g		赤しそふりかけ(0.8g)	1 こ				
			濃口しょうゆ	1.3 g							
			(黄) 上白糖	2.1 g							
			みりん	2.1 g							
			酒	1 g							
			トウバンジャン	0.1 g							
			(黄) でんぷん	0.9 g							
			水	2.6 g							



じょうずに
むけるかな?