



城陽市のHPに
毎日の給食写真を
のせています♪

2月よていこんだて表

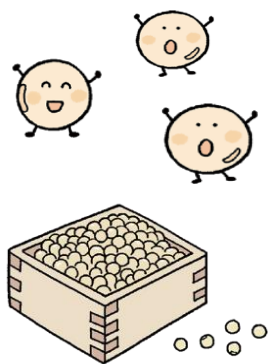
NO 1

城陽市立学校給食センター 小学校



節分と「豆」

節分に豆まきをするのは、霊力があると考えられている豆の力で、鬼に見立てた災いや邪気を追い払うためだといわれています。また、豆を年の数、もしくは年の数に1つ足して食べる風習もあります。



2月3日(月)				2月4日(火)				2月5日(水)				2月6日(木)			
ミルクパン 牛乳 ポークビーンズ いわしフライ				ごはん 牛乳 高野豆腐の中華煮 切干大根のナムル				ごはん 牛乳 スパイシーチキンカレー フルーツのヨーグルトあえ				ごはん 牛乳 具だくさんみそ汁 鶏肉の香味あんかけ			
				新メニュー								城陽市の白菜を使用！			
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) ミルクパン	1	こ		(黄) 精白米	75	g		(黄) 精白米	75	g		(黄) 精白米	75	g	
(赤) 牛乳	1	本		(赤) 牛乳	1	本		(赤) 牛乳	1	本		(赤) 牛乳	1	本	
(赤) 大豆(ドライパック)	30	g		(赤) 豚肉スライス	10	g		(赤) 鶏肉	30	g		(赤) (冷) 油揚げ	7	g	
(赤) 豚肉スライス	20	g		(赤) ちくわ	10	g		塩	0.09	g		(赤) 豚肉スライス	15	g	
(緑) 人参	20	g		(緑) 高野豆腐 1/20	13	g		こしょう	0.02	g		(緑) 緑豆もやし	12	g	
(黄) じゃが芋	30	g		(緑) 玉ねぎ	40	g		(緑) 玉ねぎ	40	g		(緑) 白菜	12	g	
(緑) 玉ねぎ	50	g		(緑) たけのこ水煮	10	g		(黄) じゃが芋	25	g		(緑) 人参	10	g	
(黄) 三温糖	0.9	g		(緑) 人参	15	g		(緑) 人参	20	g		(緑) 玉ねぎ	12	g	
濃口しょうゆ	2.3	g		(緑) (冷) 三度豆	12	g		(緑) おろしにんにく	0.5	g		(緑) 青ねぎ	5	g	
トマトケチャップ	9.2	g		(緑) しょうが	1	g		(緑) しょうが	0.5	g		(赤) 中辛みそ	7	g	
ウスターソース	2.3	g		トマトケチャップ	4	g		(緑) トマト水煮	10	g		(赤) 白みそ	1.5	g	
赤ワイン	0.6	g		(黄) 三温糖	0.7	g		カレー粉	0.2	g		削り節	2.5	g	
塩	0.17	g		濃口しょうゆ	5	g		アレルゲンフリーカレーフレーク	15	g		水	105	g	
こしょう	0.02	g		(黄) でんぷん	0.5	g		チリパウダー	0.1	g		(赤) 鶏肉	50	g	
オールスパイス	0.02	g		水	40	g		ウスターソース	1.4	g		(緑) おろしにんにく	0.57	g	
冷凍ブイヨン(特)	4	g		(緑) 切り干し大根	2	g		水	85	g		濃口しょうゆ	0.5	g	
水	37	g		(緑) 緑豆もやし	7	g		(緑) みかん缶	20	g		酒	2	g	
(赤) いわしフライ	1	切		(緑) 人参	7	g		(緑) りんご缶	20	g		(黄) でんぷん	10	g	
(黄) 米油(揚げ油)	4	g		(緑) こまつな	14	g		(緑) 黄桃缶	20	g		(黄) 米油(揚げ油)	4	g	
				(赤) ツナ(ノンオイル)	5	g		(赤) ヨークアシド	30	g		(緑) 白ねぎ	3	g	
				濃口しょうゆ	2	g						(緑) セロリ	3	g	
				酢	0.8	g						(緑) しょうが	0.6	g	
				(黄) 三温糖	0.3	g						(緑) パセリ	0.02	g	
				一味唐辛子	0.01	g						(黄) ごま油	0.7	g	
				(黄) ごま油	0.7	g						酢	2.7	g	
												(黄) 上白糖	2	g	
												濃口しょうゆ	3.9	g	
												トマトケチャップ	2.7	g	
												(黄) でんぷん	0.1	g	
												水	0.2	g	
栄養量	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂 肪 (g)	栄養量	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂 肪 (g)	栄養量	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂 肪 (g)	栄養量	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂 肪 (g)
	676	30.7	24.4		537	24.3	15.2		600	20.9	15.2		685	26.8	27.3

2月7日(金)				2月10日(月)				2月12日(水)				2月13日(木)				2月14日(金)			
ごはん 牛乳 じゃぶ 白菜の梅肉和え りんご				国産小麦コッペパン 牛乳 冬野菜のブラウンシチュー れんこんとひじきのサラダ				ごはん 牛乳 豆腐のすまし汁 鰯のみそだれ 土佐和え				麦ごはん 牛乳 玉ねぎとわかめのスープ プルコギ丼				キャロットピラフ 牛乳 オニオンスープ チキンカツの トマトソースかけ セレクトデザート			
								新メニュー											
城陽市の梅・白菜を使用！				城陽市の大根・白菜を使用！															
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				食品名 1人分量			
(黄) 精白米	75	g		(黄) 国産小麦コッペパン	1	こ		(黄) 精白米	75	g		(黄) 精白米	68	g		(黄) 精白米	68	g	
(赤) 牛乳	1	本		(赤) 牛乳	1	本		(赤) 牛乳	1	本		(黄) 麦	7	g		(赤) キャロットピラフの素	21.4	g	
(赤) 鶏肉	35	g		(赤) 豚肉スライス	20	g		(赤) 干しわかめ	0.5	g		(赤) 牛乳	1	本		(赤) 牛乳	1	本	
(赤) 豆腐	30	g		(緑) 白菜	30	g		(赤) 豆腐	15	g		(赤) 鶏肉	15	g		(緑) 玉ねぎ	45	g	
(緑) 玉ねぎ	30	g		(緑) 玉ねぎ	40	g		(緑) 玉ねぎ	25	g		(赤) 干しわかめ	0.8	g		(赤) ポークウィンナー	15	g	
(緑) 大根	30	g		(緑) 人参	12	g		(緑) 人参	10	g		(緑) 玉ねぎ	40	g		(緑) 人参	10	g	
(緑) 白ねぎ	10	g		(緑) 大根	30	g		(緑) えのきたけ	8	g		(緑) 人参	8	g		(緑) 型抜き人参	0.2	g	
(緑) 人参	7	g		塩	0.08	g		(緑) 青ねぎ	5	g		(緑) 青ねぎ	5	g		(緑) (冷) ホールコーン	6	g	
(緑) ごぼう	7	g		こしょう	0.02	g		塩	0.1	g		冷凍ブイヨン(特)	6	g		(緑) パセリ	0.5	g	
(黄) 糸こんにゃく	20	g		赤ワイン	0.8	g		淡口しょうゆ	4.8	g		淡口しょうゆ	5	g		冷凍ブイヨン(特)	6	g	
(黄) 三温糖	1.1	g		アレルゲンフリーハヤシフレーク	12	g		だし昆布	0.7	g		こしょう	0.02	g		淡口しょうゆ	3.3	g	
濃口しょうゆ	6.6	g		トマトピューレ	2.5	g		削り節	1.8	g		酢	0.5	g		塩	0.2	g	
酒	1.1	g		トマトケチャップ	1.7	g		水	115	g		水	105	g		こしょう	0.02	g	
削り節	2.5	g		水	58	g		(赤) 鰯(無塩・50g)	1	切		(赤) 牛肉スライス	28	g		水	110	g	
水	50	g		(緑) れんこん	12	g		(赤) 中辛みそ	3	g		(緑) おろしにんにく	0.14	g		(赤) チキンカツ(50g)	1	こ	
(緑) 白菜	45	g		(緑) 人参	5	g		(黄) 三温糖	2	g		(緑) しょうが	0.35	g		(黄) 米油(揚げ油)	5	g	
(緑) みずな	11	g		(赤) 芽ひじき	0.7	g		(黄) 酒	0.7	g		(緑) 玉ねぎ	30	g		(緑) マッシュルーム	2	g	
(緑) 人参	6.5	g		(緑) (冷) ホールコーン	4	g		みりん	1	g		(緑) キャベツ	30	g		(緑) トマト水煮	10	g	
(赤) 花かつお	1	g		(緑) (冷) むき枝豆	6	g		水	0.8	g		(緑) 緑豆もやし	14	g		(緑) おろしにんにく	0.05	g	
(黄) 三温糖	1.4	g		(黄) ノンエッグマヨネーズ	4	g		(緑) こまつな	10	g		(緑) 青ねぎ	4	g		(黄) オリーブオイル	0.15	g	
淡口しょうゆ	1.1	g		(黄) 白すりごま	0.6	g		(緑) キャベツ	25	g		(黄) 三温糖	1.75	g		トマトケチャップ	1.6	g	
(緑) 梅肉	1.8	g		濃口しょうゆ	0.6	g		(緑) 人参	5	g		濃口しょうゆ	2.4	g		(黄) 三温糖	0.25	g	
(緑) りんご1/6	1	こ		(黄) 三温糖	0.12	g		(赤) 花かつお	0.8	g		(赤) 赤みそ	4.2	g		ウスターソース	0.3	g	
				塩	0.03	g		(黄) 三温糖	0.5	g		アップルソース	2	g		赤ワイン	0.4	g	
				こしょう	0.01	g		濃口しょうゆ	1.9	g		(黄) 白いりごま	1.4	g		冷凍ブイヨン(特)	0.35	g	
												トウバンジャン	0.02	g	塩	0.03	g		
												ブチドリップ	0.3	g	こしょう	0.01	g		
																(黄) チョコプリン(40g)	1	こ	
																(黄) いちごのスティックケーキ(25g)	1	こ	
																♪セレクト給食♪			
																チョコプリン			
																栄養量	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂 肪 (g)
																	652	24.3	22.5
																いちごのスティックケーキ			
																栄養量	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂 肪 (g)
																	686	25.1	24.6

精白米は城陽産ヒノヒカリを使用しています。



城陽市のHPに
毎日の給食写真を
のせています♪

2月 よていこんだて表

NO 2

城陽市立学校給食センター 小学校

2月17日(月)				2月18日(火)				2月19日(水)				2月20日(木)				2月21日(金)			
黒糖パン 牛乳 ペンネときのこのシチュー シャキシャキツナサラダ				ごはん 牛乳 豆腐チゲ もやしのナムル 城陽市の白菜を使用！				ごはん 牛乳 筑前煮 キャベツとしめじのおひたし				ごはん 牛乳 赤だし ぶりカツ 水菜のおひたし 新メニュー				ごはん 牛乳 おでん(卵なし) 小松菜のおかかマヨサラダ 城陽市の大根を使用！			
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				食品名 1人分量			
(黄) 黒糖パン	1	こ		(黄) 精白米	75	g		(黄) 精白米	75	g		(黄) 精白米	75	g		(黄) 精白米	75	g	
(赤) 牛乳	1	本		(赤) 牛乳	1	本		(赤) 牛乳	1	本		(赤) 牛乳	1	本		(赤) 牛乳	1	本	
(黄) ペンネ	6	g		(赤) 豚肉スライス	20	g		(赤) 鶏肉	30	g		(赤) 豆腐	40	g		(赤) 鶏肉	25	g	
(黄) オリーブオイル	0.1	g		(赤) 豆腐	25	g		(赤) 揚げボール	30	g		(緑) えのきたけ	10	g		(赤) 揚げボール	15	g	
(赤) ショルダーベーコン	5	g		(緑) 白菜キムチ	10	g		(緑) 人参	20	g		(赤) 干しわかめ	0.7	g		(緑) 大根	55	g	
(赤) 鶏肉	15	g		(黄) マロニー	4	g		(緑) たけのこ水煮	20	g		(緑) 青ねぎ	6	g		(緑) 人参	20	g	
塩	0.2	g		(緑) 人参	10	g		(緑) ごぼう	25	g		(赤) 赤みそ	6.2	g		(黄) サイロこんにやく	20	g	
白ワイン	0.5	g		(緑) 白菜	30	g		(黄) サイロこんにやく	25	g		(赤) 豆みそ	2	g		(赤) キャロットミニがんと	12	g	
しめじ	8	g		(緑) 青ねぎ	5	g		(緑) (冷) 三度豆	7	g		削り節	2	g		濃口しょうゆ	2.8	g	
(緑) えのきたけ	7	g		(赤) 中辛みそ	4.7	g		(黄) 三温糖	1.4	g		だし昆布	1.5	g		淡口しょうゆ	2.8	g	
(黄) じゃが芋	35	g		(赤) 赤みそ	2.7	g		みりん	1	g		水	110	g		(黄) 三温糖	2	g	
(緑) 玉ねぎ	35	g		チゲ鍋の素	1.7	g		濃口しょうゆ	2.7	g		(赤) ぶりカツ(40g)	1	こ		削り節	1.7	g	
(緑) 人参	10	g		みりん	0.2	g		淡口しょうゆ	3	g		(黄) 米油(揚げ油)	4	g		水	40	g	
(緑) (缶) クリームコーン	10	g		煮干	3	g		削り節	2	g		(緑) みずな	10	g		(緑) こまつな	13	g	
(緑) パセリ	0.05	g		水	90	g		水	35	g		(緑) 白菜	30	g		(緑) 人参	9	g	
冷凍ブイヨン(封)	6	g		(赤) ちくわ	8	g		(緑) キャベツ	25	g		(緑) 人参	8	g		(緑) 緑豆もやし	21	g	
塩	0.3	g		(緑) 緑豆もやし	30	g		(緑) 緑豆もやし	20	g		(黄) 三温糖	0.4	g		(赤) 花かつお	0.4	g	
こしょう	0.03	g		(緑) 人参	10	g		(緑) しめじ	5	g		濃口しょうゆ	0.8	g		(黄) ノンエッグマヨネーズ	3.4	g	
(赤) シュレッドチーズ	2	g		濃口しょうゆ	2.3	g		(赤) 花かつお	0.8	g		淡口しょうゆ	1.4	g		淡口しょうゆ	1.6	g	
(黄) 米粉	2.5	g		みりん	0.4	g		濃口しょうゆ	2.2	g		(黄) 白いりごま	0.5	g					
(赤) 牛乳	25	g		酒	0.2	g		(黄) 三温糖	0.5	g		(黄) 白すりごま	0.5	g					
(赤) 脱脂粉乳	2	g		(黄) 三温糖	0.4	g													
(黄) バター	0.5	g		(黄) ごま油	0.5	g													
(黄) 生クリーム	1	g																	
水	23	g																	
(赤) ツナ(ノンオイル)	12	g																	
(緑) 人参	3.5	g																	
(緑) 玉ねぎ	7	g																	
(緑) きゅうり	6.5	g																	
(緑) キャベツ	25	g																	
(黄) ノンエッグマヨネーズ	5.9	g																	
塩	0.1	g																	
こしょう	0.01	g																	
栄養量	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂 肪 (g)	栄養量	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂 肪 (g)	栄養量	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂 肪 (g)	栄養量	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂 肪 (g)	栄養量	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂 肪 (g)
	659	26.4	23		509	21.9	13.2		520	23.8	11.3		583	23.3	20.8		529	22.1	15.1
2月25日(火)				2月26日(水)				2月27日(木)				2月28日(金)							
ごはん 牛乳 厚揚げの中華煮(エビ) 白菜のあっさり漬け 城陽市の白菜を使用！				ごはん 牛乳 冬野菜のみそ汁 さばの塩焼き もやしと ほうれん草のごま和え				麦ごはん 牛乳 かきたま汁 カラフル肉みそ丼				ちらし寿司 牛乳 ゆばのうすくず汁 鶏肉の梅ソース焼き ひなまつりデザート 城陽市の梅を使用！							
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	75	g		(黄) 精白米	75	g		(黄) 精白米	68	g		(黄) 精白米	68	g					
(赤) 牛乳	1	本		(赤) 牛乳	1	本		(黄) 麦	7	g		(赤) ちらし寿司の素	23.3	g					
(赤) 豚肉スライス	15	g		(赤) 油揚げ	10	g		(赤) 牛乳	1	本		(赤) きざみのり(0.5g)	1	こ					
(赤) (冷) 絹厚揚げ	50	g		(黄) (冷) 里芋 乱切り	30	g		(赤) 冷凍液卵	18	g		(赤) 牛乳	1	本					
(緑) 玉ねぎ	60	g		(緑) 人参	10	g		(緑) 玉ねぎ	27	g		(赤) 大根	35	g					
(緑) 人参	15	g		(緑) 大根	25	g		(緑) 人参	10	g		(緑) 玉ねぎ	10	g					
(赤) むきえび	10	g		(緑) 春菊	5	g		(緑) えのきたけ	8	g		(緑) 人参	10	g					
(緑) チンゲンサイ	10	g		(赤) 中辛みそ	7	g		(緑) チンゲンサイ	15	g		(緑) しめじ	10	g					
(緑) (冷) ホールコーン	7	g		(赤) こうじみそ	1.3	g		濃口しょうゆ	1	g		(緑) みずな	7	g					
(緑) おろしにんにく	0.5	g		煮干	2.5	g		淡口しょうゆ	2.5	g		(緑) しょうが	0.3	g					
(緑) しょうが	0.6	g		水	95	g		塩	0.18	g		(赤) 乾燥ゆば	2	g					
(黄) 三温糖	0.35	g		(赤) さば(一汐・50g)	1	切		煮干	1.5	g		みりん	0.5	g					
オイスターソース	1.2	g		(緑) ほうれん草	10	g		削り節	1.5	g		塩	0.13	g					
塩	0.15	g		(緑) 緑豆もやし	30	g		(黄) でんぶん	1	g		淡口しょうゆ	4	g					
こしょう	0.02	g		(緑) 人参	8	g		水	100	g		(黄) でんぶん	1.5	g					
濃口しょうゆ	4.3	g		(黄) 白いりごま	0.8	g		(赤) 豚肉ミンチ	25	g		削り節	3	g					
(黄) でんぶん	1.4	g		(黄) 白すりごま	0.8	g		(緑) おろしにんにく	0.4	g		だし昆布	0.5	g					
水	29	g		(黄) 三温糖	0.4	g		(緑) しょうが	0.4	g		水	100	g					
(緑) 白菜	42	g		(黄) 濃口しょうゆ	2.5	g		(赤) 芽ひじき	0.8	g		(赤) 鶏もも皮つき(60g)	1	こ					
(緑) 人参	11	g		みりん	0.4	g		(緑) 人参	12	g		酒	1	g					
(赤) 塩昆布	2	g						(緑) 玉ねぎ	20	g		塩	0.15	g					
みりん	1	g						(緑) (冷) ホールコーン	8	g		こしょう	0.02	g					
淡口しょうゆ	0.8	g						(緑) (冷) むき枝豆	7	g		白ワイン	2	g					
								(赤) 中辛みそ	3.5	g		(緑) 梅ペースト	2	g					
								(黄) 三温糖	0.8	g		酢	0.5	g					
								みりん	1.2	g		淡口しょうゆ	2	g					
								濃口しょうゆ	0.4	g		みりん	1	g					
								酒	0.8	g		(黄) 上白糖	2	g					
								水	1.5	g		(黄) でんぶん	0.45	g					
												水	5.2	g					
												(黄) 三色花ゼリー(45g)	1	こ					