



城陽市のHPに  
毎日の給食写真を  
のせています♪

# 2月 予定献立表

NO 1

城陽市立学校給食センター 中学校

2月2日(月)				2月3日(火)				2月4日(水)				2月5日(木)				2月6日(金)			
味付けパン 牛乳 かぶと肉団子のシチュー 海藻サラダ <b>NEW!</b>				ごはん 牛乳 大根のみそ汁 いわしフライ 節分デザート				ごはん 牛乳 高野豆腐の中華煮 切干大根の炒めナムル				ごはん 牛乳 かす汁 鶏肉の塩こうじ焼き 京野菜のごまあえ <b>京都味めぐり</b>				ごはん 牛乳 スパイシーチキンカレー キャベツとにんじんと コーンのサラダ りんご			
<b>食品名</b> 1人分量				<b>食品名</b> 1人分量				<b>食品名</b> 1人分量				<b>食品名</b> 1人分量				<b>食品名</b> 1人分量			
(黄) 味付けパン	1	こ		(黄) 精白米	105	g		(黄) 精白米	105	g		(黄) 精白米	105	g		(黄) 精白米	105	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	
(赤) ミートボール	48	g		(赤) 油揚げ	12	g		(赤) 鶏肉	13	g		(赤) 油揚げ	8	g		(赤) 鶏肉	46	g	
(緑) かぶ	50	g		(緑) 大根	42	g		(赤) ちくわ	13	g		(赤) 豚肉スライス	14	g		(赤) 塩	0.12	g	
(緑) 玉ねぎ	38	g		(緑) えのきたけ	8	g		(赤) 高野豆腐 1/20	9	g		(緑) 人参	16	g		(緑) こしょう	0.03	g	
(緑) 人参	19	g		(緑) 人参	12	g		(緑) 玉ねぎ	50	g		(緑) 大根	30	g		(黄) 玉ねぎ	52	g	
(緑) マッシュルーム	6	g		(緑) 白菜	24	g		(緑) 山城産たけのこ	13	g		(黄) さつまいも	24	g		(黄) じゃが芋	33	g	
(黄) バター	6	g		(緑) 青ねぎ	6	g		(緑) 人参	19	g		(黄) 色紙切こんにゃく	10	g		(緑) 人参	26	g	
(黄) 小麦粉	4.8	g		(赤) 中辛みそ	8.4	g		(緑) (冷) 三度豆	8	g		(緑) 青ねぎ	6	g		(緑) おろしにんにく	0.7	g	
(黄) 小麦粉(焙煎)	1.4	g		(赤) こうじみそ	1.6	g		(緑) しょうが	1.3	g		(赤) 中辛みそ	8.9	g		(緑) しょうが	0.7	g	
(赤) 牛乳	19	g		(赤) 削り節	3	g		(赤) トマトケチャップ	5	g		(赤) 酒かすペースト	8.4	g		(緑) トマト水煮	13	g	
(赤) 脱脂粉乳	4	g		(赤) 水	108	g		(黄) 三温糖	0.9	g		(赤) 削り節	3	g		(赤) カレー粉	0.3	g	
(赤) 塩	0.8	g		(赤) いわしフライ(40g)	1	切		(黄) 濃口しょうゆ	6.3	g		(赤) 水	108	g		(赤) アレルゲンフリーカレーフレーク	18	g	
(赤) こしょう	0.01	g		(黄) 米油(揚げ油)	5	g		(黄) でんぷん	1	g		(赤) 鶏もも皮つき(70g)	1	こ		(赤) チリパウダー	0.1	g	
(赤) 冷凍ブイヨン(特)	5	g		(黄) 豆乳プリン(40g)	1	こ		(赤) 水	75	g		(赤) 塩	0.2	g		(赤) ウスターソース	1.8	g	
(赤) 水	75	g						(赤) 切り干し大根	7	g		(赤) 塩こうじ	5.4	g		(赤) 水	98	g	
(赤) 芽ひじき	0.3	g						(赤) 牛肉ミンチ	23	g		(赤) みぶな	6	g		(赤) キャベツ	42	g	
(赤) 海藻ミックス	0.4	g						(黄) ごま油	0.7	g		(赤) 聖護院かぶ	9	g		(赤) 人参	6	g	
(赤) 大根	23	g						(赤) 人参	13	g		(赤) 人参	3	g		(赤) (冷) ホールコーン	12	g	
(赤) ツナ(ノンオイル)	10	g						(赤) なら	3	g		(赤) 緑豆もやし	6	g		(赤) 塩	0.3	g	
(赤) 人参	6	g						(赤) 白ねぎ	1	g		(赤) 淡口しょうゆ	1.2	g		(黄) 三温糖	0.7	g	
(赤) (冷) ホールコーン	6.3	g						(赤) 三温糖	1.8	g		(黄) 三温糖	0.1	g		(赤) 淡口しょうゆ	1.9	g	
(赤) 酢	1.6	g						(赤) 濃口しょうゆ	3.5	g		(黄) 三温糖	0.1	g		(赤) こしょう	0.02	g	
(赤) 濃口しょうゆ	1.3	g						(赤) フチドリップ	0.3	g		(黄) 白すりごま	0.4	g		(赤) 酢	1.8	g	
(赤) 淡口しょうゆ	0.8	g						(赤) ごま油	0.7	g		(黄) 白すりごま	0.4	g		(黄) 米油	0.8	g	
(黄) 三温糖	1	g						(赤) 白すりごま	1.3	g						(赤) 米油	0.8	g	
(黄) 米油	0.6	g														(赤) りんご1/6	1	こ	
栄養量	エネルギー(和カロリ-)	たんぱく質(グラム)	脂肪(グラム)	栄養量	エネルギー(和カロリ-)	たんぱく質(グラム)	脂肪(グラム)	栄養量	エネルギー(和カロリ-)	たんぱく質(グラム)	脂肪(グラム)	栄養量	エネルギー(和カロリ-)	たんぱく質(グラム)	脂肪(グラム)	栄養量	エネルギー(和カロリ-)	たんぱく質(グラム)	脂肪(グラム)
	804	28.3	29		751	24.9	22.6		720	28.8	19.6		774	32.6	24.2		748	26.6	18.1
2月9日(月)				2月10日(火)				2月12日(木)				2月13日(金)				2月16日(月)			
バターパン 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 <b>城陽市の白菜を使用!</b>				ごはん(減量) 牛乳 豆乳担々うどん 春雨のほんのり梅サラダ <b>NEW!</b> <b>城陽市の梅を使用!</b>				ごはん 牛乳 白菜のみそ汁 さばの塩焼き ひじき豆				ごはん 牛乳 豆腐のすまし汁 みそ豚丼 チョコプリン <b>NEW!</b>				国産小麦コッペパン 牛乳 ふわふわ卵スープ ポークフランク ポイルキャベツ(ケチャップ味)			
<b>食品名</b> 1人分量				<b>食品名</b> 1人分量				<b>食品名</b> 1人分量				<b>食品名</b> 1人分量				<b>食品名</b> 1人分量			
(黄) バターパン	1	こ		(黄) 精白米	95	g		(黄) 精白米	105	g		(黄) 精白米	105	g		(黄) 国産小麦コッペパン	1	こ	
(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	
(赤) 豚肉スライス	30	g		(黄) (冷) うどん	61	g		(赤) 油揚げ	12	g		(赤) 干しわかめ	0.6	g		(赤) ショルダーベーコン	12	g	
(赤) 白菜	36	g		(赤) 豚肉ミンチ	29	g		(赤) 大根	18	g		(赤) 豆腐	23	g		(赤) 玉ねぎ	24	g	
(赤) 玉ねぎ	48	g		(赤) おろしにんにく	0.7	g		(赤) えのきたけ	8	g		(赤) 玉ねぎ	31	g		(赤) 人参	12	g	
(赤) 人参	14	g		(赤) しょうが	0.7	g		(赤) 人参	12	g		(赤) 人参	13	g		(赤) キャベツ	24	g	
(赤) 大根	36	g		(赤) 濃口しょうゆ	1.3	g		(赤) 白菜	42	g		(赤) えのきたけ	10	g		(赤) 冷凍液卵	18	g	
(赤) 塩	0.1	g		(赤) 玉ねぎ	20	g		(赤) 青ねぎ	6	g		(赤) 青ねぎ	6	g		(赤) 冷凍ブイヨン(特)	7.2	g	
(赤) こしょう	0.02	g		(赤) 人参	10	g		(赤) 中辛みそ	8.4	g		(赤) 塩	0.1	g		(赤) 淡口しょうゆ	3.6	g	
(赤) 赤ワイン	1.0	g		(赤) チンゲンサイ	13	g		(赤) こうじみそ	1.4	g		(赤) 淡口しょうゆ	6	g		(赤) 塩	0.4	g	
(赤) アレルゲンフリーハヤシフレーク	13	g		(赤) しめじ	7	g		(赤) 削り節	3	g		(赤) だし昆布	0.9	g		(赤) こしょう	0.02	g	
(赤) オールスパイス	0.02	g		(赤) 干ししいたけ	0.1	g		(赤) 水	114	g		(赤) 削り節	2.3	g		(黄) でんぷん	1.2	g	
(赤) トマトピューレ	3	g		(赤) 冷凍ブイヨン(特)	7	g		(赤) さば(一汐・60g)	1	切		(赤) 水	138	g		(赤) 水	132	g	
(赤) トマトケチャップ	2	g		(黄) 練りごま	5.2	g		(赤) 大豆(ドライパック)	12	g		(赤) 豚肉スライス	59	g		(赤) ポークフランク(60g)	1	本	
(赤) 水	64	g		(赤) 中辛みそ	7.8	g		(赤) 芽ひじき	1.4	g		(赤) 米油	0.7	g		(赤) キャベツ	40	g	
(赤) れんこん	15	g		(黄) 三温糖	0.8	g		(赤) 人参	6	g		(赤) 玉ねぎ	46	g		(赤) カレー粉	0.1	g	
(赤) 人参	6	g		(赤) 一味唐辛子	0.01	g		(赤) さつま揚げ	8	g		(赤) 青ねぎ	6	g		(赤) トマトケチャップ	5.6	g	
(赤) 芽ひじき	0.9	g		(赤) 豆乳	33	g		(黄) 三温糖	1.6	g		(黄) 上白糖	1.3	g		(赤) こしょう	0.01	g	
(赤) (冷) ホールコーン	5	g		(赤) 水	85	g		(赤) みりん	0.7	g		(赤) 赤みそ	7.2	g					
(赤) (冷) むき枝豆	8	g		(赤) ボンレスハムスライス	10	g		(赤) 濃口しょうゆ	3	g		(赤) 酒	2.6	g					
(赤) ノンエッグマヨネーズ	5	g		(黄) 緑豆はるさめ	7	g		(赤) 煮干	0.6	g		(赤) みりん	2.6	g					
(赤) 白すりごま	0.8	g		(赤) キャベツ	20	g		(赤) 水	18	g		(赤) 濃口しょうゆ	0.7	g					
(赤) 濃口しょうゆ	0.8	g		(赤) 人参	7	g					(赤) フチドリップ	0.4	g						
(赤) 三温糖	0.2	g		(赤) 人参	7	g					(黄) チョコプリン(40g)	1	こ						
(赤) 塩	0.02	g		(赤) きゅうり	13	g													
(赤) こしょう	0.01	g		(赤) 三温糖	2.6	g													
				(赤) 梅ペースト	1.6	g													
				(赤) 酢	2	g													
				(赤) 淡口しょうゆ	3.3	g													
				(赤) こしょう	0.03	g													
				(黄) オリーブオイル	0.5	g													
栄養量	エネルギー(和カロリ-)	たんぱく質(グラム)	脂肪(グラム)	栄養量	エネルギー(和カロリ-)	たんぱく質(グラム)	脂肪(グラム)	栄養量	エネルギー(和カロリ-)	たんぱく質(グラム)	脂肪(グラム)	栄養量	エネルギー(和カロリ-)	たんぱく質(グラム)	脂肪(グラム)	栄養量	エネルギー(和カロリ-)	たんぱく質(グラム)	脂肪(グラム)
	802	26.7	34.2		730	26.5	19.5		814	32	31		732	30.1	17.8		799	33	35

