



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

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 新メニュー			ごはん 牛乳 大根のみそ汁 いわしフライ 節分デザート 城陽市の白菜・青ねぎを使用!			ごはん 牛乳 高野豆腐の中華煮 切干大根の炒めナムル 新メニュー			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 京都味めぐり			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		
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) 味付けパン	1 個		(黄) 精白米	80 g		(黄) 精白米	80 g		(黄) 精白米	80 g		(黄) 精白米	80 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	38 g		(赤) 油揚げ	10 g		(赤) 鶏肉	10 g		(赤) 油揚げ	7 g		(赤) 鶏肉	35 g	
(緑) かぶ	40 g		(緑) 大根	35 g		(赤) ちくわ	10 g		(赤) 豚肉スライス	12 g		塩	0.09 g	
(緑) 玉ねぎ	30 g		(緑) えのきたけ	7 g		(赤) 高野豆腐 1/20	7 g	(緑) 人参	13 g		こしょう	0.02 g		
(緑) 人参	15 g		(緑) 人参	10 g		(緑) 玉ねぎ	40 g	(緑) 大根	25 g		(緑) 玉ねぎ	40 g		
(緑) マッシュルーム	5 g		(緑) 白菜	20 g		(緑) 山城産たけのこ	10 g	(黄) さつまいも	20 g		(黄) じゃが芋	25 g		
(黄) バター	5 g		(緑) 青ねぎ	5 g		(緑) 人参	15 g	(黄) 色紙切こんにゃく	8 g		(緑) 人参	20 g		
(黄) 小麦粉	3.85 g		(赤) 中辛みそ	7 g		(緑) (冷) 三度豆	6 g	(緑) 青ねぎ	5 g		(緑) おろしにんにく	0.5 g		
(黄) 小麦粉(焙煎)	1.15 g		(赤) こうじみそ	1.3 g		(緑) しょうが	1 g	(赤) 中辛みそ	7.4 g		(緑) しょうが	0.5 g		
(赤) 牛乳	15 g		削り節	2.5 g		トマトケチャップ	4 g	酒かすペースト	7 g		(緑) トマト水煮	10 g		
(赤) 脱脂粉乳	3 g		水	90 g		(黄) 三温糖	0.7 g	削り節	2.5 g		カレー粉	0.2 g		
塩	0.65 g		(赤) いわしフライ(30g)	1 切		濃口しょうゆ	5 g	水	90 g		アレルゲンフリーカレーフレーク	14 g		
こしょう	0.01 g		(黄) 米油(揚げ油)	4 g		(黄) でんぷん	0.8 g	(赤) 鶏もも皮つき(60g)	1 個		トリパウダー	0.1 g		
冷凍ブイヨン(特)	4 g		(黄) 豆乳プリン(40g)	1 個		水	60 g	塩	0.2 g		ウスターソース	1.4 g		
水	60 g					(緑) 切り干し大根	5 g	塩こうじ	4.5 g		水	75 g		
(赤) 芽ひじき	0.2 g					(赤) 牛肉ミンチ	18 g	(緑) みぶな	5 g		(緑) キャベツ	35 g		
海藻ミックス	0.3 g					(黄) ごま油	0.5 g	(緑) 聖護院かぶ	7.5 g		(緑) 人参	5 g		
(緑) 大根	18 g					(緑) 人参	10 g	(緑) 人参	2.5 g		(緑) (冷) ホールコーン	10 g		
(赤) ツナ(ノンオイル)	8 g					(緑) 白ねぎ	1 g	(緑) 緑豆もやし	5 g		塩	0.25 g		
(緑) 人参	5 g					(黄) 三温糖	1.4 g	(黄) 三温糖	0.1 g		(黄) 三温糖	0.6 g		
(緑) (冷) ホールコーン	5 g					濃口しょうゆ	2.7 g	プチドリッ	0.08 g		淡口しょうゆ	1.6 g		
酢	1.3 g					プチドリッ	0.2 g	(黄) 白すりごま	0.35 g		こしょう	0.02 g		
濃口しょうゆ	1 g					(黄) ごま油	0.5 g	(黄) 白すりごま	0.35 g		酢	1.5 g		
淡口しょうゆ	0.6 g					(黄) 白すりごま	1 g			(黄) 米油	0.7 g			
(黄) 三温糖	0.8 g									(緑) りんご1/6	1 個			
(黄) 米油	0.5 g													



城陽市の大根・
聖護院かぶを使用!

城陽市のキャベツを使用!

栄養量	エネルギー(キロカロリー)	たんぱく質(グラム)	脂肪(グラム)												
	647	23.5	24.3		619	20.8	20		581	24.1	17.1		639	28	21.7

2月9日(月)			2月10日(火)			2月12日(木)			2月13日(金)					
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 城陽市の白菜を使用!			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 新メニュー 城陽市の梅を使用!			ごはん 牛乳 白菜のみそ汁 さばの塩焼き ひじき豆 城陽市の白菜・青ねぎを使用!			ごはん 牛乳 豆腐のすまし汁 トリニータ丼 チョコプリン 新メニュー セレクト給食 どちらをえらんだかな?			ごはん 牛乳 豆腐のすまし汁 みそ豚丼 チョコプリン 新メニュー		
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) バターパン	1 個		(黄) 精白米	72 g		(黄) 精白米	80 g		(黄) 精白米	80 g		(黄) 精白米	80 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) 豚肉スライス	25 g		(黄) (冷) うどん	47 g		(赤) 油揚げ	10 g		(赤) 干しわかめ	0.5 g		(赤) 干しわかめ	0.5 g	
(緑) 白菜	30 g		(赤) 豚肉ミンチ	22 g		(緑) 大根	15 g		(赤) 豆腐	18 g		(赤) 豆腐	18 g	
(緑) 玉ねぎ	40 g		(緑) おろしにんにく	0.5 g		(緑) えのきたけ	7 g		(緑) 玉ねぎ	25 g		(緑) 玉ねぎ	25 g	
(緑) 人参	12 g		(緑) しょうが	0.5 g		(緑) 人参	10 g		(緑) 人参	10 g		(緑) 人参	10 g	
(緑) 大根	30 g		(緑) 濃口しょうゆ	1 g		(緑) 白菜	35 g		(緑) えのきたけ	8 g		(緑) えのきたけ	8 g	
塩	0.05 g		(緑) 玉ねぎ	15 g		(緑) 青ねぎ	5 g		(緑) 青ねぎ	5 g		(緑) 青ねぎ	5 g	
こしょう	0.02 g		(緑) 人参	8 g		(赤) 中辛みそ	7 g		塩	0.1 g		塩	0.1 g	
赤ワイン	0.8 g		(緑) チンゲンサイ	10 g		(赤) こうじみそ	1.2 g		淡口しょうゆ	4.8 g		淡口しょうゆ	4.8 g	
アレルゲンフリーハヤシフレーク	11 g		(緑) しめじ	5 g		削り節	2.5 g		だし昆布	0.7 g		だし昆布	0.7 g	
オールスパイス	0.02 g		(緑) 干ししいたけ	0.1 g		水	95 g		削り節	1.8 g		削り節	1.8 g	
トマトピューレ	2.5 g		冷凍ブイヨン(特)	5 g		(赤) さば(一汐・50g)	1 切		水	110 g		水	110 g	
トマトケチャップ	1.7 g		(黄) 練りごま	4 g		(赤) 大豆(ドライパック)	10 g		(赤) 鶏肉	50 g		(赤) 豚肉スライス	45 g	
水	53 g		(赤) 中辛みそ	6 g		(赤) 芽ひじき	1.2 g		塩	0.05 g		(黄) 米油	0.5 g	
(緑) れんこん	12 g		(黄) 三温糖	0.6 g		(緑) 人参	5 g		酒	0.9 g		(緑) 玉ねぎ	35 g	
(緑) 人参	5 g		一味唐辛子	0.01 g		(赤) さつま揚げ	7 g		(緑) おろしにんにく	0.6 g		(緑) 青ねぎ	5 g	
(赤) 芽ひじき	0.7 g		(赤) 豆乳	25 g		(黄) 三温糖	1.3 g		(黄) でんぷん	8 g		(黄) 上白糖	1 g	
(緑) (冷) ホールコーン	4 g		水	65 g		みりん	0.6 g		(黄) 米油(揚げ油)	5 g		(赤) 赤みそ	5.5 g	
(緑) (冷) むき枝豆	6 g		(赤) ボンレスハムスライス	8 g		濃口しょうゆ	2.5 g		(緑) 玉ねぎ	10 g		酒	2 g	
(黄) ノンエッグマヨネーズ	4 g		(黄) 緑豆はるさめ	5 g		煮干	0.5 g		(緑) 人参	7 g		みりん	2 g	
(黄) 白すりごま	0.6 g		(緑) キャベツ	15 g		水	15 g		(緑) 人参	7 g		濃口しょうゆ	0.5 g	
濃口しょうゆ	0.6 g		(緑) 人参	5 g					(緑) しょうが	0.6 g		プチドリッ	0.3 g	
(黄) 三温糖	0.12 g		(緑) きゅうり	10 g					(黄) 三温糖	3 g		(黄) チョコプリン(40g)	1 個	
塩	0.01 g		(黄) 三温糖	2 g					濃口しょうゆ	5 g				
こしょう	0.01 g		(緑) 梅ペースト	1.2 g					コチュジャン	0.25 g				
			酢	1.5 g					(黄) ごま油	0.3 g				
			淡口しょうゆ	2.5 g					水	10 g				
			こしょう	0.02 g										
			(黄) オリーブオイル	0.4 g										



栄養量	エネルギー(キロカロリー)	たんぱく質(グラム)	脂肪(グラム)												
	649	22.4	28.5		586	21.9	16.8		669	27.3	27.1		708	23.7	25.2

