

学校給食献立表(南部学校給食センターB) 令和3年度2月分(2/1~2/28) 姫路市教育委員会

	2月1日(火)	2月2日(水)	2月3日(木)	2月4日(金)	2月7日(月)	2月8日(火)
献立	ご飯 牛乳 野菜のみそ汁 揚げギョウザ きんぴらごぼう	パン 牛乳 コーンスープ チリコンカン グリーンサラダ	一節分献立 ご飯 牛乳 豚汁 いわしの竜田揚げ ほうれんそうのごま炒め 節分豆	パン 牛乳 ポトフ スティックハンバーグのソース焼き キャベツとハムのソテー	ご飯 牛乳 チョンゴル 鶏肉のザンギ はくさいの煮浸し	ご飯 牛乳 すまし汁 豚肉のみそ炒め 五目煮豆
献立	<input type="checkbox"/> ご飯 <input type="radio"/> 牛乳 △ ごまつな <input type="checkbox"/> じゃがいも <input type="checkbox"/> にんじん △ たまねぎ ○ 油揚げ △ えのきたけ △ 菜ねぎ △ みそ 煮干し(だし)	<input type="checkbox"/> パン <input type="radio"/> 牛乳 △ コーンクリーム △ どうもろこし △ ベーコン △ たまねぎ △ じゃがいも △ にんじん △ パセリ △ バター ○ 牛乳 ○ 米粉 △ チキンスープ 塩 ごしょう	<input type="checkbox"/> ご飯 <input type="radio"/> 牛乳 ○ 豚肉 △ さといも △ だいごん △ ごぼう △ にんじん △ にんじん △ ごんにやく △ 菜ねぎ ○ みそ 煮干し(だし)	<input type="checkbox"/> パン <input type="radio"/> 牛乳 ○ ポークフランク △ はくさい △ たまねぎ <input type="checkbox"/> じゃがいも △ にんじん △ かつ △ チキンスープ ワイン風調味料 塩 ごしょう	<input type="checkbox"/> ご飯 <input type="radio"/> 牛乳 ○ 牛肉 △ しょうが △ にんにく △ ごま油 △ たまねぎ △ もやし △ にんじん △ にら △ 豆腐 はるさめ 菜ねぎ ごいくちしょうゆ コチジャン オイスターソース デนมンジャン	<input type="checkbox"/> ご飯 <input type="radio"/> 牛乳 ○ 豆腐 △ かまぼこ △ わかめ △ にんじん △ えのきたけ △ 菜ねぎ △ 塩 うすくちしょうゆ 削り節(だし) 昆布(だし)
献立	△ ギョウザ <input type="checkbox"/> 油	○ 大豆 ○ 豚肉 △ たまねぎ △ ビーマン △ サラダ油 △ トマト △ トマトケチャップ ウスターソース 塩 ごしょう チリパウダー でんぷん	○ いわし △ しょうが ごいくちしょうゆ 清酒 <input type="checkbox"/> でんぷん <input type="checkbox"/> 油	○ スティックドック △ トマトケチャップ △ とんかつソース △ ウスターソース <input type="checkbox"/> 砂糖 △ みりん <input type="checkbox"/> でんぷん	<input type="checkbox"/> 鶏肉 △ しょうが △ にんにく △ うすくちしょうゆ △ 清酒 △ 塩 <input type="checkbox"/> でんぷん <input type="checkbox"/> 油	○ 豚肉 △ しょうが △ サラダ油 △ だいごん △ たまねぎ △ パプリカ △ グリンピース ○ みそ △ 砂糖 △ みりん △ 清酒 △ ごいくちしょうゆ <input type="checkbox"/> でんぷん
献立	○ 牛肉 △ ごぼう △ にんじん ○ 平天 △ ごんにやく △ ごま うすくちしょうゆ ごいくちしょうゆ <input type="checkbox"/> 砂糖 △ みりん <input type="checkbox"/> サラダ油	○ チキンハム △ キャベツ △ フロッキー △ 米粉 △ 砂糖 △ サラダ油 △ 塩 ごしょう	△ ごま △ サラダ油	<input type="checkbox"/> 砂糖 △ みりん ○ チキンハム △ キャベツ △ にんじん △ 米粉 <input type="checkbox"/> 砂糖 <input type="checkbox"/> サラダ油 ごしょう	<input type="checkbox"/> 砂糖 △ みりん ○ チキンハム △ キャベツ △ にんじん △ 米粉 <input type="checkbox"/> 砂糖 <input type="checkbox"/> サラダ油 ごしょう	○ 大豆 ○ 牛肉 △ ごぼう △ たけのこ △ にんじん △ ごんにやく △ 砂糖 △ うすくちしょうゆ △ ごいくちしょうゆ
材料						
献立	アップルパン 牛乳 鶏肉のフォー さけのから揚げ ごぼうサラダ	ご飯 牛乳 親子丼 じゃこの元気揚げ はくさいのおかか和え	ご飯 牛乳 ハッシュドビーフ じゃがいものそぼろ煮 はりはり漬け ガーショコラ	菜めし 牛乳 ひね鶏とだいごんのスープ 揚げさばのみそだれ 野菜炒め	パン 牛乳 ソーススパゲティ 鶏肉のスパイス焼き ポテトサラダ	ご飯 牛乳 すき焼き風煮 さけの塩焼き ひじきの炒めサラダ
献立	<input type="checkbox"/> パン △ ドライアップル <input type="radio"/> 牛乳 ○ 鶏肉 <input type="checkbox"/> フォー △ たまねぎ △ もやし △ にら △ レモン果汁 うすくちしょうゆ ナンプラー <input type="checkbox"/> 砂糖 △ 塩 ごしょう △ チキンスープ	<input type="checkbox"/> ご飯 <input type="radio"/> 牛乳 ○ 鶏卵 ○ 鶏肉 △ たまねぎ △ にんじん △ 菜ねぎ △ うすくちしょうゆ △ ごいくちしょうゆ <input type="checkbox"/> 砂糖 △ みりん <input type="checkbox"/> でんぷん 削り節(だし)	<input type="checkbox"/> ご飯 <input type="radio"/> 牛乳 ○ 牛肉 △ ワイン風調味料 △ たまねぎ △ にんじん △ エリンギ △ サラダ油 △ 米粉 △ ポークスープ △ トマトピューレ △ トマトケチャップ △ ウスターソース △ とんかつソース △ ごいくちしょうゆ <input type="checkbox"/> 砂糖 △ 塩 ごしょう	<input type="checkbox"/> ご飯 △ 大根菜 <input type="radio"/> 牛乳 ○ ひね鶏 △ 清酒 △ だいごん △ たまねぎ △ にんじん △ チンゲンサイ △ しょうが △ サラダ油 △ 塩 ごしょう △ うすくちしょうゆ △ チキンスープ	<input type="checkbox"/> パン <input type="radio"/> 牛乳 ○ スパゲティ ○ 豚肉 ○ ちくわ △ キャベツ △ にんじん △ 菜ねぎ △ サラダ油 △ とんかつソース △ ウスターソース ○ あおさ粉 △ 塩 ごしょう	<input type="checkbox"/> ご飯 <input type="radio"/> 牛乳 ○ 牛肉 <input type="checkbox"/> 砂糖 ○ 焼き豆腐 △ ごんにやく △ はくさい △ じゃがいも △ たまねぎ △ にんじん △ 根深ねぎ △ うすくちしょうゆ △ ごいくちしょうゆ △ みりん
献立	○ さけ △ 清酒 △ 塩 ごしょう <input type="checkbox"/> でんぷん <input type="checkbox"/> 油	○ ちりめんじゃこ △ ごぼう ○ うの花 △ 塩 △ レモン果汁 <input type="checkbox"/> 天ぷら粉 <input type="checkbox"/> 油	<input type="checkbox"/> 鶏肉 <input type="checkbox"/> 清酒 △ じゃがいも △ グリンピース △ うすくちしょうゆ △ ごいくちしょうゆ <input type="checkbox"/> 砂糖 △ みりん △ でんぷん △ サラダ油	○ さば △ 塩 △ しょうが <input type="checkbox"/> 砂糖 ○ みそ △ ごいくちしょうゆ △ みりん △ 清酒 △ でんぷん	○ 鶏肉 △ 塩 △ しょうが △ クッキングスパイス <input type="checkbox"/> オリーブ油 △ ワイン風調味料	○ さけ △ 清酒 △ 塩 △ キャベツ △ にんじん △ とうもろこし ○ ひじき ○ ポークハム △ うすくちしょうゆ <input type="checkbox"/> サラダドレッシング △ 米粉 <input type="checkbox"/> サラダ油 <input type="checkbox"/> 砂糖 △ 塩 ごしょう
献立	○ ポークハム △ ごぼう △ にんじん <input type="checkbox"/> ごま <input type="checkbox"/> 米粉 <input type="checkbox"/> 砂糖 <input type="checkbox"/> サラダドレッシング ○ 白みそ うすくちしょうゆ △ 塩	△ はくさい △ チンゲンサイ △ 塩 ○ かつおぶし うすくちしょうゆ	△ 切り干しだいごん △ きゅうり △ 塩 △ にんじん △ うすくちしょうゆ <input type="checkbox"/> 砂糖 △ 米粉 △ ごま	○ 豚肉 △ にんじん △ にら △ もやし <input type="checkbox"/> サラダ油 △ 塩 ごしょう △ ごいくちしょうゆ	<input type="checkbox"/> じゃがいも △ きゅうり △ にんじん △ とうもろこし <input type="checkbox"/> サラダドレッシング △ 塩 ごしょう	
材料						

○赤の食品…体をつくるもの(たんぱく質・むぎしつ) □黄の食品…ねつや力のもとになるもの(たんすいかぶつ・しぼう) △緑の食品…体の調子をととのえるもの(ビタミン)

特定原材料表示 卵: 乳製品: 小麦: そば: 落花生: えび: かに:

(ピーナッツ)

	2月18日(金)	2月21日(月)	2月22日(火)	2月24日(木)	2月25日(金)	2月28日(月)
献立	一食育の日一 ご飯 牛乳 さつまいも汁 淡路たまねぎコロッケ れんごんのきんぴら 味付けのり	ご飯 牛乳 中華スープ とり天 切り干しだいこんの炒めナムル ぼんかん	ご飯 牛乳 八宝菜 揚げシュウマイ チャプチェ	ご飯 牛乳 きつねうどん 豚肉のかわり揚げ ごまつなとたくあんの和え物	パン 牛乳 トマジャが あじのカレームニエル ひね鶏のゆずソテー	ご飯 牛乳 だいごのみそ汁 かんぴょうの卵とじ はくさいとじゃこのサラダ
	<input type="checkbox"/> ご飯 <input type="checkbox"/> 牛乳 <input type="checkbox"/> 豚肉 <input type="checkbox"/> さつまいも <input type="checkbox"/> さつまいも汁 <input type="checkbox"/> 淡路たまねぎコロッケ <input type="checkbox"/> れんごんのきんぴら <input type="checkbox"/> 味付けのり	<input type="checkbox"/> ご飯 <input type="checkbox"/> 牛乳 <input type="checkbox"/> ベーコン <input type="checkbox"/> 豆腐 <input type="checkbox"/> にんじん <input type="checkbox"/> たまねぎ <input type="checkbox"/> ほうれんそう <input type="checkbox"/> しょうが <input type="checkbox"/> チキンスープ <input type="checkbox"/> うすくちしょうゆ <input type="checkbox"/> 塩 <input type="checkbox"/> ごしょう <input type="checkbox"/> ごま油	<input type="checkbox"/> ご飯 <input type="checkbox"/> 牛乳 <input type="checkbox"/> 豚肉 <input type="checkbox"/> えび <input type="checkbox"/> はくさい <input type="checkbox"/> にんじん <input type="checkbox"/> たまねぎ <input type="checkbox"/> 葉ねぎ <input type="checkbox"/> うずら卵 <input type="checkbox"/> きくらげ <input type="checkbox"/> しょうが <input type="checkbox"/> サラダ油 <input type="checkbox"/> チキンスープ <input type="checkbox"/> うすくちしょうゆ <input type="checkbox"/> 砂糖 <input type="checkbox"/> でんぷん <input type="checkbox"/> 塩 <input type="checkbox"/> ごしょう <input type="checkbox"/> ごま油 <input type="checkbox"/> 米酢	<input type="checkbox"/> ご飯 <input type="checkbox"/> 牛乳 <input type="checkbox"/> うどん <input type="checkbox"/> わかめ <input type="checkbox"/> キャベツ <input type="checkbox"/> にんじん <input type="checkbox"/> 葉ねぎ <input type="checkbox"/> 油揚げ <input type="checkbox"/> 砂糖 <input type="checkbox"/> うすくちしょうゆ <input type="checkbox"/> こいくちしょうゆ <input type="checkbox"/> 削り節(だし)	<input type="checkbox"/> パン <input type="checkbox"/> 牛乳 <input type="checkbox"/> 豚肉 <input type="checkbox"/> にんにく <input type="checkbox"/> にんじん <input type="checkbox"/> たまねぎ <input type="checkbox"/> じゃがいも <input type="checkbox"/> トマト <input type="checkbox"/> サラダ油 <input type="checkbox"/> 塩 <input type="checkbox"/> 砂糖 <input type="checkbox"/> うすくちしょうゆ <input type="checkbox"/> 清酒 <input type="checkbox"/> チキンスープ <input type="checkbox"/> バジルペースト	<input type="checkbox"/> ご飯 <input type="checkbox"/> 牛乳 <input type="checkbox"/> 豆腐 <input type="checkbox"/> 油揚げ <input type="checkbox"/> えのきたけ <input type="checkbox"/> だいごん <input type="checkbox"/> 葉ねぎ <input type="checkbox"/> わかめ <input type="checkbox"/> みそ <input type="checkbox"/> 煮干し(だし)
献立	<input type="checkbox"/> 淡路たまねぎコロッケ <input type="checkbox"/> 油	<input type="checkbox"/> 鶏肉 <input type="checkbox"/> しょうが <input type="checkbox"/> にんにく <input type="checkbox"/> うすくちしょうゆ <input type="checkbox"/> 清酒	<input type="checkbox"/> 鶏肉 <input type="checkbox"/> しょうが <input type="checkbox"/> にんにく <input type="checkbox"/> はるさめ <input type="checkbox"/> にんじん <input type="checkbox"/> にら <input type="checkbox"/> たけのこ <input type="checkbox"/> しいたけ <input type="checkbox"/> サラダ油 <input type="checkbox"/> ごま <input type="checkbox"/> うすくちしょうゆ <input type="checkbox"/> こいくちしょうゆ	<input type="checkbox"/> 豚肉 <input type="checkbox"/> こいくちしょうゆ <input type="checkbox"/> にんにく <input type="checkbox"/> でんぷん <input type="checkbox"/> 油	<input type="checkbox"/> あじ <input type="checkbox"/> カレームニエル <input type="checkbox"/> 米粉 <input type="checkbox"/> 塩 <input type="checkbox"/> こしょう <input type="checkbox"/> パター <input type="checkbox"/> サラダ油	<input type="checkbox"/> かんぴょう <input type="checkbox"/> 塩 <input type="checkbox"/> 鶏卵 <input type="checkbox"/> 牛肉 <input type="checkbox"/> 根菜ねぎ <input type="checkbox"/> しょうが <input type="checkbox"/> サラダ油 <input type="checkbox"/> しいたけ <input type="checkbox"/> にんじん <input type="checkbox"/> にら <input type="checkbox"/> 砂糖 <input type="checkbox"/> こいくちしょうゆ <input type="checkbox"/> うすくちしょうゆ
	<input type="checkbox"/> 鶏肉 <input type="checkbox"/> れんごん <input type="checkbox"/> にんじん <input type="checkbox"/> しょうが <input type="checkbox"/> サラダ油 <input type="checkbox"/> 清酒 <input type="checkbox"/> うすくちしょうゆ <input type="checkbox"/> こいくちしょうゆ <input type="checkbox"/> 砂糖 <input type="checkbox"/> みりん <input type="checkbox"/> ごま油	<input type="checkbox"/> 豚肉 <input type="checkbox"/> 切り干しだいごん <input type="checkbox"/> にんじん <input type="checkbox"/> にら <input type="checkbox"/> 根菜ねぎ <input type="checkbox"/> 砂糖 <input type="checkbox"/> こいくちしょうゆ <input type="checkbox"/> うすくちしょうゆ <input type="checkbox"/> みりん <input type="checkbox"/> ごま油 <input type="checkbox"/> ごま	<input type="checkbox"/> ポークシュウマイ <input type="checkbox"/> 油 <input type="checkbox"/> 牛肉 <input type="checkbox"/> しょうが <input type="checkbox"/> にんにく <input type="checkbox"/> はるさめ <input type="checkbox"/> にんじん <input type="checkbox"/> にら <input type="checkbox"/> たけのこ <input type="checkbox"/> しいたけ <input type="checkbox"/> サラダ油 <input type="checkbox"/> ごま <input type="checkbox"/> うすくちしょうゆ <input type="checkbox"/> こいくちしょうゆ <input type="checkbox"/> 砂糖 <input type="checkbox"/> 塩 <input type="checkbox"/> こしょう <input type="checkbox"/> ごま油	<input type="checkbox"/> 豚肉 <input type="checkbox"/> こいくちしょうゆ <input type="checkbox"/> にんにく <input type="checkbox"/> でんぷん <input type="checkbox"/> 油 <input type="checkbox"/> みそ <input type="checkbox"/> みりん <input type="checkbox"/> 砂糖 <input type="checkbox"/> うすくちしょうゆ <input type="checkbox"/> ごま油	<input type="checkbox"/> ひね鶏 <input type="checkbox"/> 清酒 <input type="checkbox"/> キャベツ <input type="checkbox"/> にんじん <input type="checkbox"/> 米粉 <input type="checkbox"/> うすくちしょうゆ <input type="checkbox"/> ゆず果汁 <input type="checkbox"/> 塩 <input type="checkbox"/> こしょう <input type="checkbox"/> サラダ油	<input type="checkbox"/> はくさい <input type="checkbox"/> きゅうり <input type="checkbox"/> 塩 <input type="checkbox"/> にんじん <input type="checkbox"/> ちりめんじゃこ <input type="checkbox"/> うすくちしょうゆ <input type="checkbox"/> 砂糖 <input type="checkbox"/> 米酢 <input type="checkbox"/> サラダ油 <input type="checkbox"/> ごま油
材料	<input type="checkbox"/> 味付けのり	<input type="checkbox"/> ぼんかん	<input type="checkbox"/> 砂糖 <input type="checkbox"/> 塩 <input type="checkbox"/> こしょう <input type="checkbox"/> ごま油	<input type="checkbox"/> たくあん <input type="checkbox"/> はくさい <input type="checkbox"/> ごまつな <input type="checkbox"/> 塩 <input type="checkbox"/> うすくちしょうゆ <input type="checkbox"/> ごま	<input type="checkbox"/> ひね鶏 <input type="checkbox"/> 清酒 <input type="checkbox"/> キャベツ <input type="checkbox"/> にんじん <input type="checkbox"/> 米粉 <input type="checkbox"/> うすくちしょうゆ <input type="checkbox"/> ゆず果汁 <input type="checkbox"/> 塩 <input type="checkbox"/> こしょう <input type="checkbox"/> サラダ油	<input type="checkbox"/> はくさい <input type="checkbox"/> きゅうり <input type="checkbox"/> 塩 <input type="checkbox"/> にんじん <input type="checkbox"/> ちりめんじゃこ <input type="checkbox"/> うすくちしょうゆ <input type="checkbox"/> 砂糖 <input type="checkbox"/> 米酢 <input type="checkbox"/> サラダ油 <input type="checkbox"/> ごま油

2月平均
栄養量
(中学校)

エネルギー	778kcal	
たんぱく質	30.9g	
脂質	29.2%	
カルシウム	335mg	
鉄	2.8mg	
ビタミン	A	275μgRAE
	B1	0.51mg
	B2	0.60mg
	C	33mg
食塩相当量	3.5g	
食物繊維	6.8g	
マグネシウム	105mg	
亜鉛	3.6mg	

全員給食が始まります。

★姫路市南部エリアの中学校・義務教育学校後期課程12校の学校給食は、南部学校給食センターで調理し、配送車で学校へ届ける「共同調理場(給食センター)方式」により実施します。


★おかず類は給食センターで調理し、学校へ届けます。

★ご飯・パン・牛乳は、それぞれ業者から直接学校に届けられます。

★ご飯の日は、月・火・木の週3回です。パンの日は原則、水・金の週2回です。ただし、行事食や食育の日などはご飯になります。

★毎月19日は「食育の日」で、郷土料理などの和食や地場産物を使うなど、食育の視点をふまえた献立をとり入れます。(19日に給食がない月は、その前の給食実施日になります)

★地元産の食材、伝統的な「行事食」などをとり入れます。

★よくかんで食べることを意識づけのために、月1回  のマークをつけ「カミカミ献立」を実施します。

★食物アレルギーに対応して除去食を実施します。除去食対応を行う献立は、献立名を **白抜き** で表示します。そば・落花生(ピーナッツ)は使用しません。(そばは、同一工場、製造ライン使用による加工食品も使用しません) また、卵を原料としたマヨネーズは使用しません。


★給食に関するご意見ご感想などがありましたら、給食センターへご連絡ください。

南部学校給食センター TEL.079-230-1866
学校給食献立表は、姫路市のHPでも確認することができます。

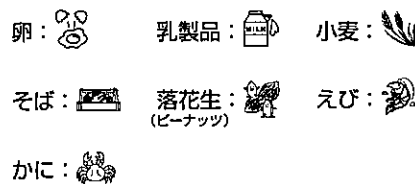


特定原材料表示について

使用材料に表示義務のある下記の7品目のアレルギーを含むものを材料名の右にイラストで表示しています。

また、落花生(ピーナッツ)においては、同一工場、製造ライン使用による加工食品を使用した場合は  で表示しています。

その他の推奨品目については、各学校に配付している「加工食品アレルギー一表示一覧」で確認できます。加工食品等については、複数のアレルギーを含むものもあります。注意してご覧ください。



○赤の食品…体をつくるもの(たんぱく質・むきしつ) □黄の食品…ねつや力のもとになるもの(たんすいかぶつ・ししょう) △緑の食品…体の調子をととのえるもの(ビタミン)