

学校給食献立表(南部学校給食センターA)

令和6年度2月分(2/3~2/28)

姫路市教育委員会

	2月3日(月)			2月4日(火)			2月5日(水)			2月6日(木)			2月7日(金)		
献立	一節分献立一			ご飯 牛乳 みそ汁 豚肉のカリン揚げ れんこんのおかか煮 味付けのり			パン 牛乳 豆乳スープ ドライカレー ジャーマンポテト			ご飯 牛乳 姫路おでん 白身魚のゆず風味 もやしのごま和え			ご飯 牛乳 ワンタンスープ 鶏肉の和風から揚げ りっちゃんのサラダ		
	○ ご飯			○ ご飯			○ パン			○ ご飯			○ ご飯		
献立	○ 牛乳			○ 牛乳			○ 牛乳			○ 牛乳			○ 牛乳		
	○ 豆腐 ○ かまぼこ ○ わかめ △ にんじん △ えのきたけ △ たまねぎ △ 葉ねぎ △ 塩 うすくちしょうゆ 削り節(だし) 昆布(だし)			○ 豆腐 ○ 油揚げ ○ わかめ □ じゃがいも △ たまねぎ △ にんじん △ 葉ねぎ ○ みそ ○ 煮干し(だし)			○ 鶏肉 △ はくさい △ ほうれんそう △ にんじん □ サラダ油 △ チキンスープ ○ 豆乳 ○ みそ ○ 塩 △ こしょう △ うすくちしょうゆ			△ だいこん △ こんにゃく △ にんじん ○ 鶏つくね □ じゃがいも ○ 厚揚げ □ 砂糖 △ うすくちしょうゆ △ こいくちしょうゆ △ みりん △ しょうが △ 削り節(だし)			○ 豚肉 △ にんじん △ ちくわ △ 葉ねぎ △ ワンタンの皮 △ チキンスープ △ うすくちしょうゆ △ 塩 ○ こしょう ○ ごま油		
献立	○ いわし ○ カレー粉 △ 塩 △ こしょう □ でんぶん □ 油			△ 豚肉 △ 清酒 △ しょうが □ でんぶん □ 油 □ 砂糖 △ こいくちしょうゆ △ ごま			○ 豚肉 △ たまねぎ △ 大豆 △ しょうが △ にんにく △ ワイン風調味料 △ カレー粉 △ トマトケチャップ △ ウスターソース □ 砂糖 □ でんぶん □ サラダ油 △ 塩 △ こしょう			○ ホキ △ 塩 △ こしょう □ 油 △ こいくちしょうゆ △ うすくちしょうゆ □ 砂糖 △ ゆず果汁 △ みりん □ でんぶん			○ 鶏肉 △ にんにく □ 砂糖 △ こいくちしょうゆ △ 清酒 △ こしょう △ 一味唐辛子 △ でんぶん □ 油		
	○ ひじき ○ 大豆 ○ 鶏肉 △ こんにゃく △ にんじん △ うすくちしょうゆ △ こいくちしょうゆ □ 砂糖 □ みりん □ サラダ油			△ れんこん △ こんにゃく △ にんじん △ ちくわ △ えだまめ ○ かつおぶし △ うすくちしょうゆ △ こいくちしょうゆ △ みりん □ 砂糖 □ サラダ油 ○ 味付けのり			□ じゃがいも △ たまねぎ ○ パーコン △ パセリ □ サラダ油 △ 塩 △ こしょう			△ もやし △ ほうれんそう △ 塩 □ ごま △ うすくちしょうゆ			○ チキンハム △ キャベツ △ にんじん △ きゅうり △ とうもろこし △ 塩こんぶ ○ かつおぶし ○ 米酢 □ 砂糖 □ サラダ油 △ 塩 △ こしょう		
献立	○ ご飯			○ パン			○ ご飯			○ パン			○ ご飯		
	○ 牛乳			○ 牛乳			○ 牛乳			○ 牛乳			○ 牛乳		
献立	○ 鶏肉 △ だいこん △ たまねぎ △ にんじん △ チンゲンサイ △ しょうが △ サラダ油 □ 塩 △ こしょう △ ナンブラー △ うすくちしょうゆ △ チキンスープ			○ 豚肉 △ にんにく △ にんじん △ わかめ △ たまねぎ △ えのきたけ □ じゃがいも △ トマト □ サラダ油 △ 塩 □ 砂糖 △ うすくちしょうゆ △ 清酒 △ チキンスープ △ バジルペースト			○ 豆腐 △ 豚肉 △ にんじん △ わかめ △ たまねぎ △ えのきたけ △ 葉ねぎ △ チキンスープ △ うすくちしょうゆ △ 塩 △ こしょう △ ごま油			○ パーコン △ じゃがいも △ たまねぎ △ にんじん △ パセリ ○ えび □ バター □ 米粉 ○ 脱脂粉乳 △ チキンスープ △ とうもろこし △ コーンクリーム △ 塩 △ こしょう			○ 鶏肉 ○ がんもどき △ にんじん △ たまねぎ △ じゃがいも △ えだまめ △ しょうが △ こいくちしょうゆ △ うすくちしょうゆ △ みりん □ 砂糖		
	○ 豚肉 ○ 厚揚げ △ たまねぎ △ にんじん △ 葉ねぎ △ しいたけ △ しょうが □ サラダ油 △ うすくちしょうゆ △ こいくちしょうゆ □ 砂糖 □ チキンスープ □ ごま油 □ 塩 △ でんぶん			○ きびなごフライ			○ さば △ 清酒 △ 塩 □ しょうが □ 油 □ 砂糖 ○ みそ △ こいくちしょうゆ △ みりん □ でんぶん			○ 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 □ 砂糖 □ みりん □ でんぶん			○ かえりちりめん ○ ちくわ △ キャベツ △ にんじん ○ あおさ粉 ○ 粉かつお ○ とんかつソース △ 塩 □ 天ぷら粉 □ 油		
献立	△ キャベツ ○ ポークハム □ サラダ油 □ 米酢 □ 砂糖 □ 塩 □ ごま油			○ パーコン △ チンゲンサイ △ はくさい △ とうもろこし △ うすくちしょうゆ △ 塩 △ こしょう □ サラダ油 □ メーブルジャム			○ 牛肉 △ しょうが △ にんにく △ はるさめ △ にんじん △ にら △ たけのこ △ しいたけ △ サラダ油 △ ごま △ うすくちしょうゆ △ こいくちしょうゆ □ 砂糖 □ 塩 △ こしょう □ ごま油			△ ごまつな △ キャベツ △ チキンハム △ にんじん △ うすくちしょうゆ △ 塩 △ こしょう □ サラダ油			○ ひじき △ とうもろこし △ パーコン □ 砂糖 △ こいくちしょうゆ □ サラダ油		

学校給食献立表(南部学校給食センターA)

令和6年度2月分(2/3~2/28)

姫路市教育委員会

2月18日(火)			2月19日(水)			2月20日(木)			2月21日(金)			2月25日(火)		
献立	ご飯 牛乳 かきたま汁 肉だんごの甘酢あん じゃがいものそぼろ煮		一食育の日 ご飯 牛乳 ばち汁 さばの幽庵かけ れんこんの炒め物		ご飯 牛乳 中華スープ にらじゃが ごぼうのごまソテー		パン 牛乳 野菜シチュー あじのバジル焼き ごまドレッシング和え		ご飯 牛乳 豚汁 シュンユイ もやしのサラダ					
	☐ ご飯		☐ ご飯		☐ ご飯		☐ パン		☐ ご飯					
献立	☐ 牛乳		☐ 牛乳		☐ 牛乳		☐ 牛乳		☐ 牛乳					
	☐ 豆腐 △ たまねぎ △ にんじん △ えのきたけ △ 葉ねぎ ○ わかめ ○ 鶏卵 うすくちしょうゆ 塩		☐ そうめんばち ○ 油揚げ △ たまねぎ △ にんじん △ しいたけ △ 葉ねぎ △ うすくちしょうゆ 昆布(だし) 削り節(だし)		☐ ベーコン ○ 豆腐 △ にんじん △ たまねぎ △ チンゲンサイ △ しょうが △ チキンスープ うすくちしょうゆ 塩		☐ 鶏肉 ○ じゃがいも △ たまねぎ △ にんじん △ エリンギ △ とうもろこし △ コーンクリーム △ ブロッコリー △ サラダ油 ○ 米粉 ○ 豆乳 チキンスープ 塩 こしょう		☐ あじ ○ ワイン風調味料 △ バジルペースト △ オリーブ油 塩 こしょう 黒こしょう		☐ 豚肉 ○ 油揚げ ○ さといも △ だいこん △ ごぼう △ にんじん △ こんにゃく △ 葉ねぎ ○ みそ 煮干し(だし)			
献立	☐ でんぷん 昆布(だし) 削り節(だし)		☐ さば 清酒 塩		☐ じゃがいも ○ 油 ○ 豚肉 △ にら △ サラダ油 こいくちしょうゆ		☐ あじ △ ワイン風調味料 △ バジルペースト △ オリーブ油 塩 こしょう 黒こしょう		☐ ホキ 塩 こしょう 油 △ 根深ねぎ △ サラダ油 △ みりん △ しょうが △ こいくちしょうゆ ○ 砂糖 ○ でんぷん					
	☐ 鶏つくね ○ 油 △ たまねぎ △ ピーマン △ パプリカ 米酢 砂糖 こいくちしょうゆ でんぷん		☐ 砂糖 うすくちしょうゆ みりん △ ゆず果汁 △ でんぷん		☐ れんこん ○ 豚肉 ○ サラダ油 △ にんじん △ はるさめ △ にら △ しょうが △ みりん △ うすくちしょうゆ △ こいくちしょうゆ		☐ チキンハム ○ サラダ油 △ ごぼう △ 米酢 △ にんじん △ キャベツ △ 塩 ○ ごま ○ うすくちしょうゆ ○ サラダドレッシング		<input type="triangle-up"/> キャベツ △ にんじん △ きゅうり △ ささみ油漬け △ ごま △ 米酢 △ 砂糖 △ サラダ油 △ 塩 △ うすくちしょうゆ		<input type="triangle-up"/> もやし △ にんじん △ きゅうり △ ささみ油 ○ ボークハム うすくちしょうゆ 米酢 サラダ油 ○ 砂糖 ○ 塩			
献立	☐ 鶏肉 ○ じゃがいも △ グリンピース △ うすくちしょうゆ △ こいくちしょうゆ ○ 砂糖 ○ みりん ○ 清酒 ○ でんぷん ○ サラダ油		☐ 砂糖 ごま ○ 清酒 ○ でんぷん ○ サラダ油		☐ チキンハム ○ サラダ油 △ ごぼう △ 米酢 △ にんじん △ キャベツ △ 塩 ○ ごま ○ うすくちしょうゆ ○ サラダドレッシング		<input type="triangle-up"/> キャベツ △ にんじん △ きゅうり △ ささみ油漬け △ ごま △ 米酢 △ 砂糖 △ サラダ油 △ 塩 △ うすくちしょうゆ		<input type="triangle-up"/> もやし △ にんじん △ きゅうり △ ささみ油 ○ ボークハム うすくちしょうゆ 米酢 サラダ油 ○ 砂糖 ○ 塩					
2月26日(水)			2月27日(木)			2月28日(金)			2月平均 栄養量 (中学校)			ビ タ ミ ン	A	260μgRAE
献立	パン 牛乳 コンソメスープ 鶏肉のレモン風味 ブロッコリーのソテー		他人丼 牛乳 じゃこ豆 はりはり漬け		アップルパン 牛乳 ミネストローネ 鶏肉のスパイス焼き キャベツとハムのソテー		B1	0.49mg						
	☐ パン		☐ ご飯		☐ パン △ ドライアップル		エネルギー	753kcal	B2	0.57mg				
献立	☐ 牛乳		☐ 鶏卵		☐ 牛乳		たんぱく質	30.0g	C	29mg				
	☐ ベーコン △ たまねぎ ○ じゃがいも △ エリンギ △ にんじん △ セロリ △ パセリ チキンスープ 塩 こしょう		<input type="triangle-up"/> たまねぎ △ にんじん △ こんにゃく △ 葉ねぎ △ うすくちしょうゆ △ こいくちしょうゆ ○ 砂糖 ○ みりん ○ でんぷん		☐ 鶏肉 塩 こしょう 油 みりん こいくちしょうゆ うすくちしょうゆ ○ 砂糖 △ レモン果汁 ○ でんぷん		脂質	29.4%	食塩相当量	3.1g				
献立	☐ 鶏肉 塩 こしょう		☐ 牛乳		☐ 砂糖 塩 こしょう バジルペースト チキンスープ		カルシウム	323mg	マグネシウム	98mg				
	☐ 油 みりん こいくちしょうゆ うすくちしょうゆ		☐ 大豆 ○ かえりちりめん ○ 砂糖 こいくちしょうゆ みりん ごま		☐ 鶏肉 塩 こしょう サラダスパイス オリーブ油 ワイン風調味料		鉄	2.6mg	亜鉛	3.3mg				
献立	☐ 砂糖 レモン果汁 でんぷん		<input type="triangle-up"/> 切り干し大根 △ きゅうり △ にんじん 塩 うすくちしょうゆ ○ 砂糖 米酢		☐ チキンハム ○ キャベツ △ にんじん 米酢 ○ 砂糖 ○ サラダ油 塩 こしょう		-2月5日(水)- 【作り方】 ①鶏肉は一口大、ほうれんそう、白菜は2cmざく切り、にんじんはいちょう切りにする。 ②鍋にサラダ油を熱し、鶏肉、にんじんを炒める。 ③水、チキンスープを入れ煮立たせる。 ④白菜を入れ、一旦火をとめ、みそを溶き入れる。再び火をつけ、塩、こしょう、うすくちしょうゆ、ほうれんそうの順に入れる。 ⑤豆乳を加えて仕上げる。 ※豆乳は煮立てると分離するので気をつける。							
	<input type="triangle-up"/> ブロッコリー △ キャベツ ○ チキンハム △ とうもろこし うすくちしょうゆ 塩 こしょう サラダ油		☐ 砂糖 米酢											