

令和8年2月分献立予定表(A)綾瀬市立学校給食センター

◎アレルギー表示は、『卵・乳・えび・かに・小麦』の5品目です。特定原材料のうち、そば・落花生(ピーナッツ)・くるみは使用していません。

◎学校給食センター及び食品加工工場でアレルギー物質を含む食品を使用した調理をおこなう場合があります。

◎学校給食センターの油は、米油を使用しています。揚げ油は、数回繰り返して使用しています。



日/曜	献立名	エネルギーになる食品	体を作るもとになる食品	体の調子を整える食品	調味料	アレルギー物質5品目 卵・乳・えび・ かに・小麦	エネルギー(kcal) たんぱく質(g) 脂質(g) 食塩相当量(g)
2月	小型ロールパン	パン				乳・小麦	662
	牛乳		牛乳			乳	25.7
	ジャージャー麺 (別出し)	ごま油 砂糖 でんぶん 中華麺 ごま油	豚肉 大豆 赤だしみそ 白みそ	にんじん たけのこ 長ねぎ 椎茸 生姜 にんにく	しょうゆ みりん 豆板醤	小麦	25.5
	棒餃子		棒餃子			小麦	2.9
3火	ごはん	ごはん					588
	牛乳		牛乳			乳	24.7
	回鍋肉	砂糖 油	豚肉 白みそ	にんにく 生姜 にんじん たけのこ きやべつ	酒 テンメンジャン 豆板醤 しょうゆ	小麦	18.8
	中華スープ	でんぶん	鬼形かまぼこ 豆腐	にんじん えのきたけ	中華スープ 塩		1.6
	福豆		福豆				
4水	チリドック (別出し)	油 パン	大豆 豚肉	にんにく たまねぎ	赤ワイン ケチャップ 中濃ソース 塩 チリパウダー		583
	牛乳		牛乳			乳	23.9
	コンソメスープ	じやがいも マカロニ	ワイン	たまねぎ にんじん コーン	コンソメ 塩 こしょう	小麦	2.7
	ごはん	ごはん					596
5木	牛乳		牛乳			乳	22.8
	じやがいものそぼろ煮	じやがいも 油 こんにゃく 砂糖 でんぶん	豚肉 さつま揚げ	生姜 たまねぎ にんじん 椎茸 さやいんげん	酒 しょうゆ 和風だし	小麦	16.0
	ごま酢和え	ごま 砂糖		綾瀬市産きやべつ 白菜 にんじん	しょうゆ 酢	小麦	2.2
土棚小学校のリクエスト給食							
6金	ごはん	ごはん					790
	牛乳		牛乳			乳	29.2
	鶏肉のから揚げ	でんぶん 油	鶏肉		しょうゆ 酒	小麦	26.8
	豚汁	こんにゃく 油 じやがいも	豚肉 豆腐 白みそ	ごぼう にんじん 大根 長ねぎ			1.8
	クレープ(いちご)	豆乳クレープ(いちご)					
9月	小型ソフトフランス	パン はちみつ				乳・小麦	593
	牛乳		牛乳			乳	28.5
	五目うどん	うどん	綾瀬市産豚肉 油揚げ なると	にんじん 椎茸 小松菜	和風だし みりん しょうゆ 塩	小麦	21.6
	ささかまの磯辺揚げ	小麦粉 油	ささかまぼこ 青のり			小麦	3.6
10火	ごはん	ごはん					655
	牛乳		牛乳			乳	23.3
	たまご焼き		たまご焼き			卵・小麦	19.1
	五目豆	油 こんにゃく 砂糖	大豆 昆布	にんじん 椎茸	しょうゆ 和風だし みりん	小麦	2.9
	きやべつのみそ汁		油揚げ 豆腐 白みそ	きやべつ にんじん たまねぎ	和風だし		
綾西小学校のリクエスト給食							
12木	カレーライス (別出し)	油 じやがいも ごはん	鶏肉 脱脂粉乳	たまねぎ にんじん	カレールー	乳・小麦	712
	牛乳		牛乳			乳	22.1
	コールスロー	油 砂糖		きやべつ コーン にんじん	酢 塩 こしょう		20.0
	ガトーショコラ	ガトーショコラ					2.8
13金	ごはん	ごはん					594
	牛乳		牛乳			乳	22.1
	ハンバーグの おろしポン酢ソース	でんぶん	ハンバーグ	大根	しょうゆ 酢 みりん	小麦	17.3
	沢煮椀		豚肉 油揚げ	にんじん ごぼう たまねぎ 椎茸 大根 小松菜	和風だし 酒 塩 こしょう しょうゆ	小麦	2.4

『日本のあじめぐり』 ~粕汁(兵庫県)~

兵庫県は国内最大の日本酒の生産地で1300年も前から日本酒を造っていたという歴史があります。日本酒をつくるときででる酒粕は、酵母のたんぱく質やビタミン、ミネラルが豊富に含まれ、魚や野菜を長期保存する粕漬けとして利用されてきました。「粕汁」は大根、にんじん、ごぼう、こんにゃくなどを日本酒の醸造工程ででる酒粕で煮込んで作る郷土料理です。

日/曜	献立名	エネルギーになる食品	体を作るもとになる食品	体の調子を整える食品	調味料	アレルギー物質5品目 卵・乳・えび・ かに・小麦	エネルギー(kcal) たんぱく質(g) 脂質(g) 食塩相当量(g)
16 月	コッペパン	パン				乳・小麦	643
	チヨコマーシャル		チヨコマーシャル			乳	26.7
	牛乳		牛乳			乳	31.9
	鶏肉の照焼き		鶏肉の照焼き				2.3
	ミルクチャウダー	マーガリン ジャガイモ 小麦粉 油	ベーコン 脱脂粉乳 牛乳 生クリーム	たまねぎ にんじん しめじ	塩 スープストック こしょう	乳・小麦	
17 火	高菜ごはん (別出し)	ごま ごま油 油 ごはん	焼豚	高菜漬 長ねぎ	しょうゆ こしょう	小麦	628
	牛乳		牛乳				21.8
	さばの塩焼き		さばの塩焼き			乳	22.4
	具だくさんみそ汁	油 ジャガイモ	生揚げ 白みそ	ごぼう にんじん 大根 長ねぎ きやべつ	和風だし		3.0
18 水	ロールパン	パン				乳・小麦	581
	牛乳		牛乳			乳	25.2
	豚肉のトマト煮	油 砂糖	煮込用肉団子 豚肉	たまねぎ にんじん しめじ きやべつ	トマトピューレ ケチャップ 塩 こしょう	小麦	25.6
	コンソメポテト	じゃがいも			コンソメ 塩 こしょう	小麦	2.6
19 木	ごはん	ごはん					604
	牛乳		牛乳			乳	25.9
	しいらと大豆の中華炒め	でんぶん 油 砂糖	大豆 しいら	にんにく 生姜 にんじん ピーマン	しょうゆ 酢	小麦	17.6
	ほうれん草と豆腐 のスープ	油 でんぶん	鶏肉 豆腐	生姜 にんじん 椎茸 長ねぎ ほうれん草	中華スープ 酒 塩 こしょう しょうゆ	小麦	2.0
20 金	ごはん	ごはん					588
	牛乳		牛乳			乳	24.1
	バーベキュー poc	油 砂糖	豚肉	にんにく 生姜 たまねぎ	中濃ソース ケチャップ みりん しょうゆ 塩 こしょう	小麦	18.2
	たまごスープ	でんぶん	白かまぼこ 豆腐 綾瀬市産鶏卵	にんじん 小松菜	和風だし しょうゆ 塩	卵・小麦	2.1
24 火	ごはん	ごはん					580
	牛乳		牛乳			乳	22.0
	肉団子の酢豚	油 砂糖 でんぶん	煮込用肉団子	にんじん たまねぎ 椎茸 ピーマン	しょうゆ ケチャップ 酢	小麦	14.1
	春雨スープ	緑豆春雨	鶏肉 なると 豆腐	にんじん えのきたけ	しょうゆ 中華スープ 塩 こしょう	小麦	2.6
25 水	小型黒パン	パン 黒砂糖				乳・小麦	616
	牛乳		牛乳			乳	22.4
	ミートソース スパゲッティ	油 小麦粉 マーガリン スパゲッティ	豚肉 大豆	たまねぎ にんじん	ケチャップ 中濃ソース	小麦	22.9
	温野菜サラダ	マヨネーズ(別出し)		かぼちゃ にんじん きゅうり コーン		(卵)	1.8
26 木	ごはん	ごはん					582
	牛乳		牛乳			乳	21.4
	おでん	砂糖 里いも こんにゃく	昆布 白ちくわ がんもどき うずらの卵	にんじん 大根	しょうゆ 塩 和風だし	卵・小麦	17.3
	変わり醤油和え	砂糖 ごま	油揚げ	きやべつ ちんげん菜 長ねぎ 生姜 にんにく	しょうゆ	小麦	2.2
27 金	* 日本のあじめぐり (兵庫県)*						
	ごはん	ごはん					643
	牛乳		牛乳			乳	26.3
	豚肉の生姜焼き	砂糖 でんぶん 油	豚肉	にんにく 生姜 たまねぎ きやべつ もやし	しょうゆ 酒	小麦	16.9
	粕汁	じゃがいも	鶏肉 白ちくわ 豆腐 白みそ	大根 にんじん ごぼう 長ねぎ	酒粕 和風だし しょうゆ 塩	小麦	2.5
	アセロラゼリー			アセロラゼリー			

★表記の栄養価は3・4年生のものです。これを基に、1・2年生は90%、5・6年生は110%を目安として提供しています。

★材料の都合により、献立を変更する場合があります。

★綾瀬市では、献立に綾瀬の産物を取り入れていますが、天候等の関係で全量を確保できないことがあります。

使用した時にはキャラクターマークがついています。

★ランチタイム・献立予定表・献立写真は市ホームページでもご覧いただけます。

