

2019年度 2月分 学校給食予定献立表

御殿場市立西学校給食センター 0550-89-2944

日 曜 日	こんだて	おもに体をつくる もとになる食べ物		おもに体の調子を整える もとになる食べ物		おもにエネルギーの もとになる食べ物		栄養価	
								小学校	中学校
	🍡🍢🍣🍤🍥🍡🍢🍣🍤								

日 曜日	こんだて	おもに体をつくる もとになる食べ物	おもに体の調子を整える もとになる食べ物	おもにエネルギーの もとになる食べ物	栄養価	
					小学校	中学校
18	角型食パン			パン		
	黒豆きなこクリーム			くろまめきなこクリーム	616	729
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう			13	13
	ラビオリのトマト煮	とりにく・ぶたにく・チーズ	たまねぎ・キャベツ・マッシュルーム パセリ・トマト・にんにく	あぶら・こむぎこ パンこ・さとう	38	36
	フライド磯ポテト	あおのり		じゃがいも・あぶら	2.4	3.2
火	もやしのソテー	ベーコン	もやし・ピーマン・あかピーマン	あぶら		

*** ふじのくに地産地消(ちさんちしょう)週間(19日~23日) ***

19	背割りロールパン			パン		
	ウィンナーのピザソースがけ	ウィンナー	トマト・たまねぎ・にんにく マッシュルーム	あぶら・さとう・オリーブゆ	675	883
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう			16	16
	ココロソテー	ハム	とうもろこし・にんじん・さやいんげん	あぶら	39	37
	カレースープ	とりにく	にんじん・たまねぎ・セロリ・パセリ	あぶら・じゃがいも	2.9	4.1
水	クレープ			クレープ		

ごはんばこめこの日						
20	ごはんばこめこのごはん			こめ		
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう			614	762
	あじフライ(ソース)	あじ		パンこ・こむぎこ・あぶら	15	14
	水掛菜のごま酢あえ		みずかけな・にんじん・もやし	さとう・こま	26	24
	だいごんのみそ汁	とうふ・あぶらあげ・みそ わかめ	だいごん		2.3	2.8
木						

原里小6年3組さんが考えた献立 ☆☆☆ 「旬の食材を使った洋食！」 ☆☆☆						
21	ごはんばこめこのごはん			こめ		
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう			619	773
	タンドリーチキン	とりにく	しょうが		17	17
	塩もみキャベツ		キャベツ		25	23
	コーンポタージュ	ぎゅうにゅう・だっしふんにゅう なまクリーム	たまねぎ・にんじん・とうもろこし パセリ	あぶら・じゃがいも・ルウ	1.5	1.8
金	いちご		いちご			

25	ごはんばこめこのごはん			こめ		
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう			653	817
	ぶりの薬味ソースがけ	ぶり	しょうが・にんにく・ねぶかねぎ	あぶら・さとう・でんぶん こむぎこ	16	15
	つきこんにゃくの炒り煮	ぶたにく	にんじん・れんこん・こんにゃく さやいんげん	あぶら・さとう・こまあぶら	30	28
	すまし汁	とうふ・かまぼこ	にんじん・しめじ・みつば	ふ	2.0	2.5
火						

原里小6年2組さんが考えた献立 ☆☆☆ 「元気いっぱいまほうのレシピ」 ☆☆☆						
26	ごはんばこめこのごはん			こめ		
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう			656	811
	豚肉のくわ焼き	ぶたにく	しょうが・たまねぎ・ピーマン	あぶら・さとう・でんぶん	14	13
	ポテトサラダ		きゅうり・にんじん・とうもろこし	マヨネーズ・ドレッシング じゃがいも	31	29
	みそ汁	あぶらあげ・わかめ・みそ	だいごん・はくさい		2.1	2.4
水	みかんゼリー			みかんゼリー		

27	揚げパン			パン・あぶら・きびざとう		
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう			600	813
	肉団子と野菜のクリーム煮	とりにく・ぎゅうにゅう なまクリーム・だっしふんにゅう	はくさい・たまねぎ・マッシュルーム にんじん・グリーンピース	あぶら・パンこ・でんぶん さとう・ルウ	15	14
	フレンチサラダ		キャベツ・にんじん・とうもろこし	あぶら・さとう	40	36
	はるか			はるか	1.8	3.1
木						

28	ごはんばこめこのごはん			こめ		
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう			613	765
	さわらのごまみそがけ	さわら・みそ	しょうが	さとう・でんぶん・こま	19	18
	五目煮豆	だいず・とりにく・こんぶ	にんじん・ごぼう・こんにゃく さやいんげん	あぶら・さとう	27	25
	かきたま汁	たまご・とうふ	えのきだけ・にんじん・ねぶかねぎ	でんぶん	1.8	2.1
金						

※都合により、献立内容を変更させていただく場合があります。
 ※上記の食品以外にも使用する場合があります。アレルギー食材の確認など詳細につきましては、
 西学校給食センターにお問い合わせください。
 ※20日の「だいごんのみそ汁」は、たくみの郷で作られた手作りみそを一部使用する予定です。
 ※ごはんは、すべてごはんばこめこの100%です。
 ※1月までの実施回数 原里小・・・174回、玉穂小・・・174回、御殿場小・・・174回、
 印野小・・・174回、原里中・・・174回、西中・・・174回



基準量	エネルギー(kcal) たんぱく質(%) しぼう(%) 食塩(g)	650 13~20 20~30 2.0	830 13~20 20~30 2.5
-----	--	------------------------------	------------------------------

原里小からのリクエスト給食。
 1月の学校給食週間では、各校で様々な取り組みが行われました。原里小では、好きな給食を、主食・おかず・汁物・デザートに4つに分けてそれぞれアンケートを行いました。アンケートの結果それぞれ1位になったものを、今月の給食に取り入れてみました。本日の料理になります。どれも、みなさんの好きな料理です！楽しみにしてくださいね♪

おしらせ

節分

節分は立春の前日、冬から春への季節の変わり目の行事です。もとは、立冬や立夏、立秋などの前日も節分といわれていました。この節分の日には季節の変わり目に物思ひをして無事に過ごすという習慣がありました。
 「鬼は外」のかけ声とともに、豆をまくのは、豆にある「霊力」をもって、災いをはらう意味があります。また、この日には、ひいらぎの枝にいわしの顔を刺して門や軒下を立て、邪気をはらうという習慣もあります。