

2月 中学校献立表

第536号

山形市学校給食献立作成委員会
山形市学校給食センター TEL644-432

18日(月)のごはんは、山形の新品種「雪若丸」が登場します！
20日(水)は、山形市中核市をお祝いした中核市記念献立です。

給食当番	給食委員	中A	こんだてめい	エネルギー (kcal) たんぱく質 (g) 脂質 (g) 塩分 (g)	おもなざいりょう			
					カや熱のもとになる	体の調子をととのえる	血やにくになる	
2班	C班	1 (金)	<節分献立> ごはん 豚汁 いわしオレンジ煮 春雨サラダ 節分福豆	808 30.1 23.4 3.21	こんにゃく じゃがいも はるさめ さとう 油 ごはん	キャベツ きゅうり ごぼう にんじん ねぎ	豆腐 油揚げ 豚肉 牛乳 みそ いわし 大豆	
		4 (月)	ごはん きのこ汁 ししゃもフライ (2尾) 豚肉と野菜のみそ炒め	839 33 27.1 2.9	でんぶん 油 ごはん	キャベツ 玉ねぎ にんじん ねぎ しめじ なめこ	豆腐 豚もも肉 とり肉 牛乳 みそ ししゃも	
	D班	5 (火)	ソフトめん みそ味 トマトオムレツ ナムル	891 36.4 20.3 5.18	でんぶん さとう ごま 油 ソフトめん	キャベツ ザーサイ にんじん ねぎ ピーマン ほうれん草 もやし 干ししいたけ にんにく	豚肉 牛乳 みそ オムレツ	
		6 (水)	ごはん 卵スープ さけフライ (ソース) 麻婆豆腐	801 33.1 24.5 2.88	でんぶん 油 ごはん	しょうが 玉ねぎ にんじん ねぎ パセリ 干ししいたけ	豆腐 豚挽肉 とり肉 卵 牛乳 みそ さけ	
		7 (木)	ごはん ビーフカレー かにシューマイ 海草サラダ 青じそドレッシング	801 28.7 20.3 3.64	じゃがいも 油 カレールウ ごはん ドレッシング	グリーンピース 玉ねぎ にんじん もやし にんにく	海草 牛肉 牛乳 粉乳 チーズ かにシューマイ	
		8 (金)	黒パン 白菜とベーコンのスーフ ささみチーズフライ マカロニサラダ	903 27.3 39.1 4.26	マカロニ 油 マヨネーズ 黒さとう パン	キャベツ きゅうり 玉ねぎ チンゲンサイ とうもろこし にんじん 白菜	ベーコン 牛乳 ささみチーズフライ	
	1班	A班	12 (火)	ソフトめん たんめん味 かぼちゃコロケ 中華サラダ	964 35.3 24.9 4.84	でんぶん さとう 油 ソフトめん	キャベツ きゅうり にんじん ねぎ 白菜 もやし 干ししいたけ かぼちゃ	わかめ いか 豚肉 牛乳
			13 (水)	ごはん わかめ入り豆腐スープ かつおフライ (ソース) じゃがいも煮	817 32.1 22.5 3.17	じゃがいも でんぶん さとう 油 ごはん	玉ねぎ にんじん ねぎ もやし 干ししいたけ	豆腐 わかめ 豚肉 とり肉 牛乳 かつお
14 (木)			ごはん 酢豚 焼きかまチーズ 野菜の磯香あえ ふりかけ (穀物)	852 31.7 25.1 4.56	でんぶん さとう 油 ごはん ふりかけ	グリーンピース しょうが たけのこ 玉ねぎ にんじん ほうれん草 もやし 干ししいたけ	のり 豚もも肉 うずら卵 牛乳 焼きかまチーズ	
B班		15 (金)	パン ミネストローネ あぶり焼きチキン 小松菜とツナのソテー いちご&マーガリン	795 30 30.7 4.88	マカロニ じゃがいも でんぶん 油 パン マーガリンジャム	キャベツ 小松菜 玉ねぎ とうもろこし トマト にんじん ブロッコリー	まぐろ ベーコン 牛乳 とり肉	
		18 (月)	<雪若丸給食> ごはん 納豆汁 さんまみりん干し焼き 大根の炒り煮 ぼんかん	817 31.6 26.8 3.04	こんにゃく さとう 油 ごはん	あかから せり 大根 にんじん ねぎ ぼんかん	豆腐 油揚げ 納豆 さつま揚げ 牛乳 みそ さんま	
2班	C班	19 (火)	ソフトめん ミートソース 豆腐シューマイ ゆでキャベツ (しょうゆ)	979 37.1 21.6 4.75	油 ソフトめん ミートソース	グリーンピース キャベツ しょうが 玉ねぎ トマト にんじん	牛挽肉 豚挽肉 牛乳 シューマイ	
		20 (水)	<中核市記念献立> 赤飯 ごま塩 すまし汁 めだいフライ 小松菜のあえもの いちご つや姫ムース	850 29.4 24 2.93	油 赤飯 ムース ごま塩	キャベツ 小松菜 みつば いちご えのきたけ	豆腐 なんと とり肉 牛乳 めだい	
	D班	21 (木)	ごはん 華風スープ かに玉 ドライカレー	790 32.7 23.5 3.35	でんぶん マロニー 油 カレールウ ごはん	ザーサイ 玉ねぎ チンゲンサイ にんじん ねぎ 白菜 ピーマン 干ししいたけ トマトピューレ にんにく	豆腐 牛挽肉 豚挽肉 とり肉 牛乳 かに玉	
		22 (金)	こめ粉パン コーンスープ 白ごまフランクサンドソースかけ 野菜サラダ 野菜ドレッシング	889 33.4 32.1 4.93	じゃがいも でんぶん さとう 油 米粉パン ドレッシング コーンポタージュ	キャベツ 玉ねぎ とうもろこし にんじん パセリ トマトピューレ	とり肉 牛乳 粉乳 生クリーム 白ごまフランク	
2班	C班	25 (月)	ごはん 柳川風煮 れんこんとえび寄せ揚げ おひたし (しょうゆ)	824 33.2 26 2.8	こんにゃく さとう 油 ごはん	キャベツ ごぼう にんじん ねぎ もやし れんこん	豚肉 卵 牛乳 えび	
		26 (火)	ソフトめん 肉味 ぎょうざ (2個) ブロッコリー マヨネーズ	963 37.5 26.9 4.79	でんぶん ソフトめん ぎょうざ マヨネーズ	ごぼう にんじん ねぎ ブロッコリー みつば もやし 干ししいたけ	油揚げ とり肉 牛乳	
		27 (水)	ごはん じゃがいものみそ汁 白ごまあじフライ ふきの炒り煮	800 27.6 24.5 3.22	こんにゃく じゃがいも さとう 油 ごはん	にんじん ねぎ ふき	油揚げ わかめ さつま揚げ 牛乳 みそ あじ	
		28 (木)	ごはん のっぺい汁 さばみそ煮 切干大根のごま酢あえ ヨーグルト (ブルーベリー)	825 31.5 23.8 3.27	こんにゃく 里いも でんぶん さとう 油 ごはん	きゅうり せり 大根 切干大根 にんじん もやし 干ししいたけ	生揚げ わかめ とり肉 牛乳 さば ヨーグルト	

※太字は山形県産、山形市産の食材です。
※食材は、入荷の都合により変更する場合があります。

※主食のエネルギーは、ごはん357kcal、パン364kcal、ソフトめん552kcalです。



今月の地場産品を紹介するべに♪
食材の中で、太字が地場産品だべに！

<県産品>

牛乳 卵 豚肉 豆腐 油揚げ 生揚げ あかから **ねぎ** **ふき** 白菜
切干大根 **大根** **えのきたけ** 干ししいたけ

<市産品>

ごはん(はえぬき一等米) **もやし** **せり** 納豆

※年間を通して100%地場産は、米、牛乳、卵、大豆製品、もやしだべに！

新製品のアレルギー(表示義務・推奨の27品目)情報

「節分福豆」に含まれるアレルギーは、大豆です。

すまし汁に使用している「祝いなんと」に含まれるアレルギーは、ありません。

「めだいフライ」に含まれるアレルギーは、小麦です。

「えび入りパオス」(アレルギー対応食用)に含まれるアレルギーは、小麦、えび、豚肉、**ごま**、大豆です。

「ぶどうゼリー」(アレルギー対応食用)に含まれるアレルギーは、大豆です。