

## 2月分子定立表

さいたま市立浦和大里小学校

日(曜) ☆エネルギー-kcal ◎たんぱく質	献立名	献立の材料
2(月) ☆632 ◎27.9	牛乳	牛乳
	むぎごはん	麦ごはん
	とうふとめかじきのちゅうかに	めかじき しょうが しょうゆ でん粉 油 豆腐 たまねぎ にんじん たけのこ うすら卵 はくさい しょうが にんにく 油 チンタン 砂糖 しょうゆ テンメンジャン オイスターソース
	はるさめサラダ	春雨 にんじん 緑豆もやし きゅうり キャベツ しょうゆ 米酢 食塩 砂糖 からし粉 ごま油
3(火) ☆599 ◎26.1	牛乳	牛乳
	てまきすし (すめし)	米 砂糖 酢
	やきのり	のり
	いかたつたあげ	いか しょうゆ しょうが 酒 みりん でん粉
	もうかざめたつたあげ	もうかざめ しょうゆ しょうが 酒 でん粉
	たまご	たまご
	きゅうり	きゅうり
	ぐだくさんすましる	油 ごぼう にんじん 干しいたけ こんにゃく だいこん かつお節 ジャガイモ ちくわ 食塩 しょうゆ こまつな
	ふくまめ	だいず
	★節分献立★	
4(水) ☆527 ◎21.4	牛乳	牛乳
	きのこスパゲティ	スパゲッティ 豚肉 ベーコン たまねぎ にんじん しいたけ しめじ エリンギ 青ビーマン にんにく 油 食塩 白ワイン しょうゆ チーズ
	スパイシーポテトピーンズ	ひよこ豆 ジャガイモ でん粉 油 バブリカ粉 ガーリック粉 チリパウダー 食塩
	ひじきのマリネ	ひじき しょうゆ 酒 砂糖 和風だし みりん きゅうり だいこん 食塩 にんじん 油 米酢 砂糖 食塩
5(木) ☆578 ◎22.6	牛乳	牛乳
	あさりとだいこんのごはん	米 強化米 酒 しょうゆ 食塩 あさり 油揚げ だいこん にんじん しょうゆ 酒 みりん 油 こまつな ごま
	さばのぶんかほし	さば文化干し
	わふうサラダ	キャベツ きゅうり わかめ にんじん 米酢 しょうゆ 砂糖 ごま油
6(金) ☆550 ◎24.2	マスカットゼリー	マスカットゼリー
	牛乳	牛乳
	✿シュガーあげパン	コッペパン(乳なし) 油 砂糖
	てづくりにくだんスープ	豚肉 たまねぎ しょうが 酒 食塩 でん粉 にんじん ねぎ 豆腐 はくさい こまつな 春雨 しょうゆ 食塩 白こしょう チキンガラスープ
	くきわかめのびりからえ	茎わかめ キャベツ きゅうり 緑豆もやし しょうゆ 酢 砂糖 にんにく チリペッパー ごま油
✿リクエスト給食メニューを取り入れました		
9(月) ☆544 ◎23.6	牛乳	牛乳
	パブリカライス	米 麦 白ワイン バブリカ粉 油 食塩
	クリームソースかけ	えび あさり いか 白ワイン たまねぎ マッシュルーム 油 小麦粉
	こまつなサラダ	バター 油 牛乳 生クリーム 食塩 白こしょう チキンガラスープ 白花豆ベースト
	いちご	わかめ こまつな だいこん コーン しょうゆ 米酢 砂糖 ごま油
10(火) ☆537 ◎22.8	牛乳	牛乳
	きつねうどん	地粉うどん 油揚げ 砂糖 しょうゆ 鶏肉 にんじん ねぎ 干しいたけ
	ひめひかりフライ	わかめ かつお節 しょうゆ みりん 酒 食塩
	ゆかりあえ	ひめひかりフライ 油
12(木) ☆647 ◎22.7	牛乳	牛乳
	ちゅうかどん (むぎごはん)	麦ごはん 豚肉 しょうが しょうゆ いか なると 酒 うすら卵 あさり たまねぎ はくさい にんじん たけのこ こまつな きくらげ 油 チンタン しょうゆ 食塩 白こしょう でん粉
	はるまき	はるまき 油
	もりもりもやし	緑豆もやし にんじん しょうゆ 酢 ごま油 砂糖
	いちご	
13(金) ☆601 ◎22.3	牛乳	牛乳
	コッペパン	コッペパン(乳なし)
	とうにゅうチョコクリーム	豆乳 チョコレート ココア 砂糖 コーサルーチ 無塩バター
	ミネストローネ	油 にんにく ベーコン セロリー にんじん たまねぎ チンタン ジャガイモ キャベツ ホールトマト トマトピューレ 食塩 白こしょう マカロニ レンズ豆
	さわやかサラダ	キャベツ きゅうり 食塩 なつみかん缶 油 米酢 砂糖 食塩 白こしょう
	★バレンタイン献立★	
16(月) ☆598 ◎25.8	牛乳	牛乳
	はくはん	白飯
	ぶりのてりやき	ブリの照り焼き
	きりぼしだいこんのごもくに	油 豚肉 干しいたけ こんにゃく 切干だいこん かつお節 砂糖 みりん しょうゆ 食塩 にんじん さつま揚げ さわやかソース
	みそしる	たまねぎ にんじん ジャガイモ しめじ わかめ こまつな ねぎ かつお節 白みそ 赤みそ

日(曜) ☆エネルギー-kcal ◎たんぱく質	献立名	献立の材料
17(火) ☆565 ◎22.2	牛乳 コッペパン スラッピージョー ポテトサラダ ✿フルーツポンチ	牛乳 コッペパン(乳なし) 豚肉 にんにく たまねぎ にんじん マッシュルーム ひよこ豆 油 ケチャップ デミグラスソース チリパウダー ナツメグ粉 食塩 白こしょう 中濃ソース 赤ワイン パン粉 ポークガラスープ じゃがいも たまねぎ きゅうり にんじん コーン ノンエッグマヨネーズ 砂糖 食塩 白こしょう 米酢 みかん缶 パイン缶 もち缶 こんにゃくダイス(レモン) 砂糖 白ワイン
	✿リクエスト給食メニューを取り入れました	
18(水) ☆534 ◎23.5	牛乳 ちゅうかふうおこわ いわしのカリカリフライ かんてんいりキラキラスープ	牛乳 米 強化米 もち米 食塩 酒 ポークガラスープ しょうゆ 豚肉 しょうゆ 酒 干しせいび 酒 たけのこ にんじん 干しいたけ 砂糖 しょうゆ ごま油 いわしのカリカリフライ 油 鶏肉 たまねぎ 寒天 にんじん ねぎ こまつな しょうが 酒 しょうゆ 食塩 ごま油 鶏がら
19(木) ☆599 ◎24.0	牛乳 むぎごはん てっかみそ にくじゃが わかめサラダ	牛乳 麦ごはん 大豆 油 京桜みそ 西京みそ 黒砂糖 みりん 油 豚肉 たまねぎ にんじん しらたき じゃがいも かつお節 砂糖 酒 しょうゆ みりん さやえんどう わかめ キャベツ きゅうり 食塩 コーン 砂糖 米酢 しょうゆ ごま油 食塩
20(金) ☆587 ◎27.4	牛乳 むぎごはん ブルコギ トックスープ はまさき	牛乳 麦ごはん 豚肉 しょうゆ アップルソース トウバンジャン にんにく しょうが ねぎ にんじん 緑豆もやし たまねぎ にら 油 しょうゆ 砂糖 赤みそ トック 鶏肉 油 はくさい たまねぎ にんじん ねぎ 食塩 白こしょう しょうゆ チキンガラスープ はまさき はまさき
24(火) ☆590 ◎27.1	牛乳 むぎごはん なまあげとぶたにくのみそに いそかあえ いちご	牛乳 麦ごはん 油 しょうが 豚肉 たまねぎ にんじん たけのこ かつお節 砂糖 酒 しょうゆ 生揚げ 砂糖 しょうゆ 赤みそ ねぎ 青ビーマン こまつな 緑豆もやし キャベツ しょうゆ のり いちご いちご
25(水) ☆578 ◎22.8	ジョアブレーン ※牛乳停止児童は飲み物(ジョアブレーン)は付きません。	ジョア(ブレーン) 麦ごはん 豚肉 カレー粉 にんじん たまねぎ じゃがいも にんにく しょうが 油 (むぎごはん) カレールウ チキンガラスープ エリンギ ホールトマト 食塩 ウスターーソース ローリエ粉 ✿とりのからあげ 鶏肉 しょうが みりん しょうゆ でん粉 米粉 油 ✿かいそうサラダ 海藻ミックス だいこん きゅうり 食塩 コーン 砂糖 しょうゆ 米酢 食塩 ごま油 ★なかよし給食★
	✿リクエスト給食メニューを取り入れました	
26(木) ☆583 ◎25.5	牛乳 むぎごはん てづくりふりかけ ほきのやくみソースかけ こんさいじる	牛乳 麦ごはん ちりめんじゃこ ゆかり かつお節 あおのり ほき でん粉 油 にんにく しょうが ねぎ 砂糖 米酢 しょうゆ 豚肉 ごぼう にんじん だいこん こんにゃく じゃがいも しめじ 油揚げ かつお節 白みそ 赤みそ ねぎ こまつな
27(金) ☆624 ◎25.2	牛乳 えびたまどん (むぎごはん) ころころだがくいも そくせきづけ	牛乳 麦ごはん 鶏卵 えび 酒 たまねぎ にんじん たけのこ クリンピース かつお節 しょうゆ 食塩 みりん でん粉 さつまいも 白いんげん豆 でん粉 油 しょうゆ 砂糖 みりん はちみつ キャベツ だいこん きゅうり 食塩 食塩