



早寝・早起き・朝ごはん

多治見市教育委員会事務局食育推進課 Tel.29-1662
食育センター 29-1663 昭和調理場 22-6111
滝呂小学校 22-0657 池田小学校 22-0883

養正調理場 28-1590 北栄調理場 27-8400
笠原中学校 43-4165



中学3年生 思い出の給食 ベスト8

市内の中学3年生のみなさんに、好きな献立や思い出に残る献立のアンケートをとりました。小学校からの思い出や、給食時間の様子など、献立にまつわる思い出がたくさんありました。



1位 カレー

- ・家のカレーにはないおいしさがある
- ・ほんとおいしくて毎回楽しみだった
- ・カレーが出る日は給食の時間が待ち遠しかった



2位 揚げパン

- ・手にいっぱい砂糖がつく。
- ・揚げパンの日は必ずじゃんけんしていた
- ・すごくおいしいから給食に出ると嬉しかった



3位 ラーメン

- ・具たくさんで給食でしか食べられない味でおいしい
- ・毎回おかわりしていた
- ・ラーメンが出る日は授業を頑張れた



4位 お芋の大福

- ・おかわりじゃんけんで真剣になる
- ・ほんのり冷たいところがおいしい



5位 人参サラダ

- ・にんじんは好きではないけど給食のサラダは食べられる
- ・あまり野菜は好きではないけどにんじんサラダなら食べられる
- ・野菜が苦手でも食べられる



6位 たこのから揚げ

- ・はじめて食べたときとてもおいしかった
- ・歯ごたえがくせになる味
- ・カリカリ食感が好き



7位 から揚げ

- ・おかわりしてたくさん食べた
- ・ラーメンと一緒に出るのが嬉しかった
- ・外はカリッ、中はジューシーで止まらないおいしさ

8位 ピザトースト



- ・1年に1回しか出ないからうれしくて給食配膳を早くした
- ・食べ応えがあっておいしい

中学3年生が考えた献立のPR



市内の中学3年生のみなさんに、「学校給食の献立」を募集しました。「旬の食材や岐阜県産の食材を使用した献立」や「栄養バランスを考えた献立」など、小学校、中学校での学習を生かして工夫された献立がたくさんありました。その中から、各校1献立を選び今月の給食に取り入れました。

陶都中

チキン南蛮をパンにはさんで食べる献立を考えました。

笠原中

あまり給食に出ないコロックを出すことで、一日の楽しみになるような献立を考えました。

北陵中

日本人はご飯を中心にした食事が一番いいと思って考えました。

南姫中

給食でカツカレーを食べたいと思って考えました。カツがあるので、カレーの中には肉は入れないようにしました。

南ヶ丘中

栄養の偏りが少なくなるように、汁物でたくさん野菜がとれるように工夫しました。

多治見中

冬においしい旬のブリやさつまいもを選び、体があたたまるみそ汁を献立に取り入れました。

平和中

栄養バランスの整いやすい食の献立を基本に考えました。

小泉中

クラブの時に母が作ってくれたお弁当のおかずを入れました。ケチャップ味がご飯にとっても合います。



豆まき

節分といえば、「豆まき」です。大豆は、お米と同じように大切な作物であり、特別な力があると考えられてきました。「鬼は外、福は内」と唱えながら家の中や出入口にまいて、鬼=邪気をはらい、年の数の豆を食べ、1年の幸福を祈ります。

丸干しいわし

いわしを焼くときの煙やにおいを鬼が嫌うため、邪気払いの意味をこめて節分の日にいわしを食べます。また、ヒヤラギの枝に、焼いたイワシの頭を刺したものを家の戸口や門に飾って鬼を追い払います。

◆今月の岐阜県産の食材(予定)◆

米・米粉・発芽玄米	パンやめんたりの材料や料理で使う小麦粉	大豆・豆腐	豚肉	干し椎茸	里芋	きゅうり	牛乳
だいこん	こまつな	根深ねぎ	もやし	白かぶ	たじっこ給食のお米は多治見市産です		

◆今月の魚◆

<切り身・一口大の魚>
6日(木)さけ
13日(木)ぶり
25日(火)さば

<丸ごと食べる魚>
3日(月)いわし(小中)
3日(月)ししゃも(幼)



給食メニューを作ってみよう!

冬野菜のスープ煮

- 【材料】 4人分
- ☆ベーコン 60g
 - ☆キャベツ 2枚
 - ☆じゃがいも 中1個
 - ☆かぼちゃ 80g
 - ☆カリフラワー 40g
 - ☆白かぶ(葉つき) 100g
 - ☆セロリ 少々
 - ☆スープの素 4g(固形1個)
 - ☆しょうゆ 少々
 - ☆塩コショウ 少々
 - ☆ロリエ(あれば) 1枚
 - ☆炒め油 適量

- 【下準備】
キャベツ、じゃがいも、かぼちゃ、白かぶは角切りに切っておく。じゃがいもは切ったあと水にさらす。セロリはみじん切りにする。カリフラワーは小房に切る。かぶの葉はさっとゆでてみじん切りにする。
- 【作り方】
①鍋に炒め油をひき、セロリのみじん切りを炒めて香りを出す。ベーコンを加え、軽く炒めたらじゃがいも、かぼちゃ、キャベツの順に炒める。油が回ったら、水400mlとロリエを加えて煮る。
②10分ほど煮たら、白かぶ、カリフラワーを加えてさらに煮る。野菜に火が通ったら、スープの素を入れてしょうゆ、塩コショウで味を調える。仕上げにかぶの葉を加えたらできあがり。

玉ねぎやにんじんなど、ご家庭にある野菜に変えていただいてもおいしく作れます。

中学校 盛り付け図

食育センター 養正調理場

月	火	水	木	金
<p>マークの説明</p> <div style="display: flex; justify-content: space-around; align-items: center;"> <div style="text-align: center;">  <p>地場産物を 活用した 「私が考えた学校給食メニューコンクール」で 入賞した 献立</p> </div> <div style="text-align: center;">  <p>中学3年生が 考えた 献立</p> </div> </div>				
<p>3 焼ぎ丸干し 節分豆 お浸し 筑前煮</p> <p>【主食】 もち玄米ごはん</p>	<p>4 キャベツのサラダ 南姫中 とんかつ カレーソース(除去食)</p> <p>【主食】 麦ごはん</p>	<p>5 中華和え ぶどうゼリー いかの香味揚げ 台湾風ラーメンスープ</p> <p>【主食】 一食ラーメン</p>	<p>6 豆腐ナゲット かぼちゃの煮物 すまし汁</p> <p>【主食】 鮭とバターのごま入り炊き込みごはん</p>	<p>7 豚肉の生姜だれかけ 平和中 ほうれん草のサラダ お芋の大福 白みそ汁</p> <p>【主食】 麦ごはん</p>
<p>10 鶏肉のレモンソースかけ 南ヶ丘中 人参の玉子炒め(除去食) 具だくさん汁</p> <p>【主食】 麦ごはん</p>	<p>11 建国記念の日</p>		<p>12 海藻サラダ りんご ポテトグラタン レタススープ</p> <p>【主食】 コッパパン</p>	<p>13 ぶりの照り焼き 多治見中 れんこんきんぴら さつまいものみそ汁</p> <p>【主食】 もち玄米ごはん</p>
<p>17 おさつ肉チーズ入りコロッケ(たれ別付け) 笠原中 ごぼうの炒め物 豆腐のみそ汁</p> <p>【主食】 麦ごはん(かつおふりかけ)</p>	<p>18 イタリアンサラダ 小泉中 鶏肉のケチャップ炒め ミルクプリン マカロニスープ</p> <p>【主食】 麦ごはん</p>	<p>19 竹輪の磯辺揚げ ★ 五目豆 きつねうどんの汁</p> <p>【主食】 一食うどん</p>	<p>20 水菜のサラダ 魚のハーブ焼き ノンアレルギーハヤシチュー</p> <p>【主食】 もち玄米ごはん</p>	<p>21 はちみつローストチキン 冬野菜のスープ煮</p> <p>【主食】 きなこパン</p>
<p>24 振替休日</p>		<p>25 鯖のねぎだれかけ 北陵中 煮浸し 豚汁</p> <p>【主食】 発芽玄米わかめごはん</p>	<p>26 人参サラダ 厚揚げのチリソースかけ にら玉スープ(除去食)</p> <p>【主食】 たじっこごはん</p>	<p>27 野菜たっぷりのそぼろ 酢の物 はんぺんと大根の煮物</p> <p>【主食】 麦ごはん</p>
			<p>28 コールスローサラダ チキン南蛮 ミネストローネ</p> <p>【主食】 食パン</p>	

令和7年2月予定献立表

食育センター 養正調理場

日	献立名			6つの食品群材料名(※6つの食品群をそろえてバランスの良い食事をしましょう)					
				血や肉になるもの		体の調子を整えるもの		熱や力のもとになるもの	
	曜日	しゅしょく	しゅさい	ふくさい・くだもの・デザート	肉・魚・卵・豆・豆製品	牛乳・小魚・海藻	緑黄色野菜	淡色野菜・くだもの	穀類・いも・さとう
	もちげんまいごはん	やきししゃも(幼) やきまるぼし(小中)	ちくぜんに おひたし せつぶんまめ(小中)	※いわし(小中) 鶏肉 ※フレーク節 ※節分豆(小中)	※牛乳 ※ししゃも(幼)	にんじん ※冷凍さやいんげん	ごぼう れんこん ※たけのこ水煮 干し椎茸 しょうが ほうさい だいこん ※冷凍えだまめ	米 もち玄米 ※つきこんにやく ※上白糖	※なたね油
	カツカレー (むぎごはん・とんかつ・カレーソース)		キャベツのサラダ	豚肉	※牛乳 ※チーズ	にんじん	たまねぎ にんにく しょうが キャベツ きゅうり	※麦ごはん じゃがいも ※上新粉 ※小麦粉 ※パン粉	※なたね油 ※有塩バター ※柑橘ドレ
	たいわんふうラーメン (いっしょくラーメン・ たいわんふうラーメンスープ)	いかのこうみあげ	ちゅうかあえ ぶどうゼリー	豚肉 ※いか短冊	※牛乳	にら ブロッコリー	しょうが にんにく キャベツ ※メンマ 干切きくらげ 根深ねぎ ※冷凍コーン もやし	※一食ラーメン ※上新粉 ※でん粉 ※上白糖 ※ぶどうゼリー	※なたね油 ※ごま油
	さけとバターのごまいり たきごみごはん	とうふナゲット	かぼちゃのにももの すましじる	※さけ ※豆腐ナゲット ※かまぼこ ※フレーク節	※牛乳	かぼちゃ みつば	※冷凍コーン 根深ねぎ にんにく ほうさい ※たけのこ水煮 干し椎茸	米 麦 ※上白糖	※白ごま ※有塩バター ※なたね油
	むぎごはん	ぶたにくのしょうがだれかけ	ほうれんそうのサラダ ろみそしる おいしいだいふく(小中)	豚肉 ※白みそ	※牛乳 ※わかめ ※煮干し	ほうれんそう にんじん	しょうが だいこん たまねぎ 根深ねぎ	米 麦 ※上白糖 ※でん粉 じゃがいも ※お芋の大福(小中)	※なたね油 ※和風ドレ
	むぎごはん	とりにくのレモンソースかけ	にんじんのたまごいため ぐたくさんじる	※鶏肉 ※冷凍液卵 ※油揚げ ※フレーク節	※牛乳	にんじん	にんにく レモン だいこん しめじ 根深ねぎ	※麦ごはん ※でん粉 ※上新粉 ※上白糖 里芋	※なたね油
	コッペパン	ポテトグラタン	かいそうサラダ レタススープ りんご	※オイルツナ ※ほぐしささみ	※牛乳 ※粉チーズ ※海藻ミックス	チンゲンサイ パセリ	にんにく たまねぎ ※マッシュルーム水煮 キャベツ レタス ※冷凍コーン ※たけのこ水煮 ※りんご	※コッペパン ※上白糖 ※エルボマカロニ じゃがいも ※小麦粉 ※パン粉	※有塩バター ※なたね油 ※ごま油
	もちげんまいごはん	ぶりのてりやき	れんこんきんぴら さつまいものみそしる	※ぶり 豚肉 ※ミニ厚揚げ ※白みそ ※赤みそ	※牛乳 ※わかめ ※煮干し	こまつな	しょうが れんこん たまねぎ	米 もち玄米 ※上白糖 ※でん粉 ※糸こんにやく さつまいも	※なたね油
	むぎごはん (なつとう(中))	ぶたにくのあまずあんかけ	うのはなのいりに さわにわん	豚肉 ※おから 鶏肉 ※糸かまぼこ ※納豆(中)	※牛乳 ※ひじき ※糸こんぶ ※だしこんぶ	にんじん ほうれんそう	しょうが たまねぎ ※冷凍えだまめ 干し椎茸 ごぼう だいこん 根深ねぎ	※麦ごはん ※上白糖 ※でん粉	※なたね油
	むぎごはん (かつおふりかけ)	おさつにくチーズいり コロッケ	ごぼうのいためもの とうふのみそしる	豚肉 ※ベーコン ※冷凍角切り豆腐 ※赤みそ ※おかかふりかけ	※牛乳 ※脱脂粉乳 ※チーズ ※煮干し	ピーマン	たまねぎ ごぼう だいこん ほうさい えのきたけ 根深ねぎ	※麦ごはん さつまいも ※小麦粉 ※パン粉 ※上白糖	※なたね油
	むぎごはん	とりにくのケチャップいため	イタリアンサラダ マカロニスープ ミルクプリン	鶏肉 豚肉	※牛乳	こまつな にんじん	しょうが たまねぎ にんにく レタス だいこん キャベツ ごぼう	米 麦 ※上白糖 ※でん粉 ※シエルマカロニ ※ミルクプリン(幼・小) ※ミルクプリン(中)	※なたね油 ※イタリアンドレ
	きつねうどん (いっしょくうどん・ きつねうどんのしる)	ちくわのいそべあげ	ごもくまめ	※油揚げ 鶏肉 ※フレーク節 ※焼き竹輪 大豆	※牛乳 ※だしこんぶ ※青のり粉	※冷凍さやいんげん にんじん	たまねぎ ほうさい ましたけ 根深ねぎ ごぼう	※一食うどん ※小麦粉 ※板こんにやく ※上白糖	※なたね油
	ノンアレルギーンハヤシライス (もちげんまいごはん・ ノンアレルギーン ハヤシシチュー)	さかなのハーブやき	みずなのサラダ	豚肉 ※ホキ	※牛乳	にんじん ※トマトピューレー ※カットマト みずな	たまねぎ しょうが にんにく レモン だいこん	米 もち玄米 じゃがいも ※上新粉 ※上白糖	※なたね油 ※オリーブ油 ※青じそドレ
	きなこパン	はちみつローストチキン	ふゆやさいのスープに	※きな粉 鶏肉 ※ベーコン	※牛乳	かぼちゃ かぶの葉	にんにく しょうが キャベツ カリフラワー 白かぶ セロリー	※コッペパン ※上白糖 ※はちみつ ※みかんジュース じゃがいも	※なたね油
	はつがげんまい わかめごはん	さばのねぎだれかけ	にびたし ぶたじる	※さば ※油揚げ 豚肉 ※赤みそ	※わかめごはんの素 ※牛乳 ※煮干し	こまつな	しょうが 根深ねぎ キャベツ ごぼう だいこん たまねぎ	米 発芽玄米 ※上白糖 ※でん粉 里芋 ※板こんにやく	※なたね油
	たじっこごはん	あつあげのチリソースかけ	にんじんサラダ にらたまスープ	※冷凍厚揚げ ※冷凍液卵 ※ほぐしささみ	※牛乳	にんじん パセリ にら	たまねぎ セロリー しょうが にんにく ※冷凍コーン ほうさい	米 ※上白糖 ※でん粉	※なたね油 ※棒々鶏ドレ
	むぎごはん	やさいたつぶりのそぼろ	はんぺんとだいこんのもの すのもの	鶏肉 ※粒状大豆 豚肉 ※小玉はんぺん ※フレーク節	※牛乳 ※わかめ	にんじん ピーマン パプリカ赤 ※冷凍さやいんげん	なす だいこん きゅうり ※冷凍コーン	米 麦 ※上白糖 ※つきこんにやく	※なたね油
	しよくパン	チキンなんばん	コールスローサラダ ミネストローネ	鶏肉 豚肉 ※ひよこ豆	※牛乳	にんじん ※カットマト パセリ	しょうが にんにく キャベツ ※冷凍コーン たまねぎ ※マッシュルーム水煮 セロリー	※食パン ※上新粉 ※でん粉 ※上白糖 じゃがいも	※なたね油 ※コールスロードレ ※オリーブ油



このマークがついている献立は、中学3年生が考えた献立です。



このマークがついている献立は、地場産物を活用した「私が考えた学校給食メニューコンクール」で入賞した献立です。

この献立表には調味料等記載されていないものがあります。アレルギーの確認は、「献立および材料表」と「原材料明細」を使用してください。
幼稚園、小・中学校のお休みは園、学校の行事予定をご確認ください。

「2025年2月分 学校給食 献立及び材料表」

(中学校) 食育センター 養正調理場

(単位:グラム)

日	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	2月10日月	2月12日水	2月13日木	2月14日金	
献立及び材料 (中学校)	もちげんまいごぼん	むぎごぼん	いっしょくラーメン	さけとバターの ごまいたきこみごぼん	むぎごぼん	むぎごぼん	コッパパン	もちげんまいごぼん	むぎごぼん	
	米 99	※麦ごぼん 110	※一食ラーメン 240	米 85.11	米 99	※麦ごぼん 110	※コッパパン 85	米 99	※麦ごぼん 110	
	もち玄米 11	牛乳	牛乳	麦 12.49	麦 11	牛乳	牛乳	もち玄米 11	牛乳	
	牛乳	※牛乳 206	※牛乳 206	※酒 1.2	牛乳 206	※牛乳 206	※牛乳 206	牛乳	※牛乳 206	
	※牛乳 206	カレーソース	たいわんふうラーメンスープ	※食塩 0.42	※牛乳 206	※鶏肉 52	※オイルツナ 24	※牛乳 206	ぶたにくのあまずあんかけ	
	やきまるぼし(小中)	じゃがいも 48	豚肉 30	※さけ 24	ぶたにくのしょうがだれかけ	※鶏肉 52	※オイルツナ 24	ぶたにくのしょうがだれかけ	ぶたにくのしょうがだれかけ	
	※いわし 30	たまねぎ 66	しょうが 0.6	※冷凍コーン 12	豚肉 65	にんにく 0.36	にんにく 0.36	※ぶり 60	※酒 2.4	
	※なたね油 1	にんにく 36	にんにく 0.36	根深ねぎ 3.6	しょうが 1.2	塩コショウ 0.24	※白ワイン 0.6	しょうが 1.2	※しょうゆ 1.2	
	ちくぜんに	※なたね油 0.6	※しょうゆ 0.24	※白ごま 1.2	※しょうゆ 0.6	※白ワイン 2.4	※エルボマカロニ 2.4	※しょうゆ 1.2	しょうが 1.2	
	にんじん 12	にんにく 0.6	※コチジャン 0.12	※有塩バター 2.4	※酒 2.4	※でん粉 8	じゃがいも 36	※酒 2.4	※なたね油 1.2	
	ごぼう 36	しょうが 1.2	キャベツ 24	にんにく 0.24	※なたね油 1.2	※上新粉 1.5	たまねぎ 30	※なたね油 0.6	たまねぎ 12	
	れんこん 36	※上新粉 6	にら 12	※なたね油 1.2	※しょうゆ 2.4	※なたね油 6.5	※マッシュルーム水煮 12	※しょうゆ 2.4	※しょうゆ 2.4	
	※たけのこ水煮 12	※有塩バター 6	※メンマ 12	※しょうゆ 1.32	※みりん 1.2	レモン 2.4	※小麦粉 3	※みりん 1.2	※上白糖 1.2	
	干し椎茸 1.2	※カレー粉 0.6	千切きくらげ 0.36	※しょうゆ 1.32	※上白糖 0.6	塩コショウ 0.06	※有塩バター 3	※上白糖 1.2	※みりん 1.2	
	※つきこんにやく 24	※チーズ 2.4	根深ねぎ 12	※液体かつおだし 3	しょうが 0.36	※しょうゆ 0.6	※牛乳 24	※でん粉 0.36	※酢 1.2	
	鶏肉 24	※洋風スープの素 1.2	※鶏ガラスープの素 8.4	※上白糖 0.6	※でん粉 0.36	※上白糖 1.2	※パン粉 1.2	水 7.2	※でん粉 0.36	
	※冷凍さやいんげん 6	※しょうゆ 3.6	※鶏ガラスープ 0.6	水 100.8	水 6	※でん粉 0.36	※粉チーズ 3.6	れんこんきんぴら	水 9.6	
	しょうが 0.36	※ウスターソース 4.8	※コチジャン 0.24	牛乳	ほうれんそうのサラダ	水 6	※白ワイン 0.6	豚肉 17	うのはなのいりに	
	※上白糖 0.6	※ケチャップ 6	※豆板醤 0.01	※牛乳 206	ほうれんそう 30	にんじんのたまごいため	※洋風スープの素 0.36	れんこん 30	※おから 12	
	※みりん 0.6	※牛乳 24	塩コショウ 0.12	とうふナゲット	だいこん 24	にんじん 42	塩コショウ 0.24	※糸こんにやく 12	にんじん 4.8	
	※しょうゆ 6	※オースパイス 0.02	※なたね油 0.36	※豆腐ナゲット 60	にんじん 6	※冷凍液卵 24	※なたね油 1.2	※みりん 1.2	鶏肉 12	
	※なたね油 0.6	※クローブ 0.02	水 144	※なたね油 0.6	※和風ドレ 6	※液体かつおだし 0.48	アルミカップ 1	※しょうゆ 1.8	※ひじき 0.72	
	※なす 0.6	※ナツメグ 0.02	いかのこうみあげ	かぼちゃのもの	しろみそしる	※しょうゆ 1.8	かいそうサラダ	※上白糖 0.36	干し椎茸 0.36	
	※フレーク節 0.6	※ロリエ 0.01	※いか短冊 58.5	かぼちゃ 48	たまねぎ 24	※みりん 1.2	チンゲンサイ 18	※一味唐辛子 0.012	ほうれんそう 4.8	
	水 12	塩コショウ 0.12	にんにく 0.26	※上白糖 1.2	じゃがいも 30	※上白糖 0.6	キャベツ 30	※なたね油 1.2	※冷凍えだまめ 4.8	
	おひたし	水 60	しょうが 0.78	※みりん 0.6	※わかめ 0.36	塩コショウ 0.06	※海藻ミックス 0.6	さつまいものみそしる	※酒 1.2	
	はくさい 26.4	とんかつ	※五香粉 0.02	※しょうゆ 2.4	根深ねぎ 12	※なたね油 0.6	※ごまドレ 6	さつまいも 24	※しょうゆ 1.8	
	だいこん 27.6	豚肉 40	※しょうゆ 1.04	※液体かつおだし 0.36	※白みそ 9.6	ぐだくさんじる	※タケノコスープ	たまねぎ 24	※上白糖 1.56	
	※冷凍えだまめ 6	塩コショウ 0.12	※酒 2.6	水 12	※煮干し 2.4	※油揚げ 3.6	※ほぐしさまみ 14.4	こまつな 9.6	※液体かつおだし 0.84	
	※しょうゆ 1.8	※小麦粉 8.4	塩コショウ 0.13	すましじる	水 132	里芋 24	レタス 30	※ミニ厚揚げ 18	※なたね油 1.2	
	※上白糖 0.6	※パン粉 7.2	※上新粉 3.9	※かまぼこ 12	おいものだいふく(小中)	だいこん 24	※冷凍コーン 14.4	※わかめ 0.36	さわにわん	
	※みりん 0.6	※なたね油 4.8	※でん粉 2.6	はくさい 30	※お芋の大福 30	しめじ 12	※たけのこ水煮 12	※煮干し 2.4	※糸かまぼこ 18	
	せつぶんまめ(小中)	キャベツのサラダ	※なたね油 5.2	※たけのこ水煮 12	干し椎茸 0.36	根深ねぎ 12	パセリ 0.6	※白みそ 4.8	ごぼう 18	
	※節分豆 6	キャベツ 36	ちゅうかあえ	干し椎茸 0.36	みつば 6	※白しょうゆ 2.4	※しょうゆ 0.96	※赤みそ 4.8	だいこん 30	
		きゅうり 18	ブロッコリー 26.4	みつば 6	※淡口しょうゆ 1.8	※しょうゆ 1.8	※コンソメ 0.96	水 132	根深ねぎ 12	
		※柑橘ドレ 6	※冷凍コーン 12	もやし 12	※白しょうゆ 1.8	※みりん 1.2	塩コショウ 0.12		※糸こんにが 0.36	
			もやし 12	※しょうゆ 1.44	※白しょうゆ 1.8	※食塩 0.12	水 132		※だしこんにが 2.4	
			※しょうゆ 1.44	※上白糖 0.96	※フレーク節 2.4	※フレーク節 2.4	りんご 50		※しょうゆ 0.6	
			※ごま油 0.36	※食塩 0.12	水 132	水 120			※白しょうゆ 3	
			※酢 1.2	水 132					※食塩 0.12	
			ぶどうゼリー						水 108	
			※ぶどうゼリー 60						なっとう(中)	
									※納豆 30	
		エネルギー 塩分	エネルギー 塩分	エネルギー 塩分	エネルギー 塩分	エネルギー 塩分	エネルギー 塩分	エネルギー 塩分	エネルギー 塩分	エネルギー 塩分
	中学校	716 2.6	915 2.3	782 3.7	778 2.5	782 2.4	785 1.9	764 3.5	828 2.4	826 2.5

日	2月17日月	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	2月26日水	2月27日木	2月28日金	
献立及び材料 (中学校)	むぎごぼん	むぎごぼん	いっしょくうどん	もちげんまいごぼん	きなこパン	はつがげんまいわかめごぼん	たじっこごぼん	むぎごぼん	しょくぱん	
	※麦ごぼん 110	米 99	※一食うどん 110	米 99	※コッパパン 75	米 99	米 110	米 99	※食パン 85	
	牛乳	麦 11	牛乳	もち玄米 11	※きな粉 4.8	発芽玄米 11	牛乳	麦 11	牛乳	
	※牛乳 206	牛乳	※牛乳 206	牛乳	※上白糖 3.6	※わかめごぼんの素 1.2	※牛乳 206	牛乳	※牛乳 206	
	おさつにくチーズいりコロッケ	※牛乳 206	きつねうどんのしる	※牛乳 206	※食塩 0.06	※酒 1.2	あつあげのチリソースかけ	※牛乳 206	チキンなんぼん	
	さつまいも 48	どりにくのケチャップいため	※油揚げ 6	ノンアレルギーハヤシシチュー	※なたね油 6.6	※食塩 0.36	※冷凍厚揚げ 65	やさいたっぷりのおぼろ	鶏肉 60	
	※脱脂粉乳 2.4	鶏肉 52	たまねぎ 24	豚肉 30	牛乳	牛乳	※なたね油 1.5	鶏肉 36	しょうが 1.3	
	たまねぎ 24	しょうが 1.3	はくさい 30	塩コショウ 0.24	※牛乳 206	※牛乳 206	たまねぎ 10.4	※粒状大豆 3.6	にんにく 0.6	
	豚肉 12	※しょうゆ 0.78	まいたけ 12	じゃがいも 36	はちみつローストチキン	さばのねぎだれかけ	セロリー 1.3	にんじん 24	※しょうゆ 0.65	
	※チーズ 3.6	※酒 1.56	鶏肉 12	たまねぎ 60	※はちみつ 2.4	※さば 70	しょうが 0.39	ピーマン 3.6	※酒 2.6	
	塩コショウ 0.24	※なたね油 1.2	根深ねぎ 18	にんじん 24	※しょうゆ 0.6	※酒 2.4	にんにく 0.26	パプリカ赤 3.6	※上新粉 3.9	
	※小麦粉 6	たまねぎ 9.1	※だしこんにが 1.2	しょうが 1.2	にんにく 0.6	※しょうゆ 0.6	※なたね油 0.36	なす 18	※でん粉 2.6	
	※パン粉 8.4	しょうが 0.65	※フレーク節 2.4	にんにく 0.6	しょうが 1.2	しょうが 1.2	※チリソース 3.9	※上白糖 1.44	※なたね油 6.5	
	※なたね油 4.8	にんにく 0.39	※しょうゆ 7.2	※なたね油 0.6	※酒 1.2	※なたね油 0.6	※ケチャップ 3.9	※しょうゆ 3	※しょうゆ 2.6	
	たれべつづけ	※ケチャップ 3.9	※みりん 1.2	※上新粉 5.4	※みかんジュース 2.4	根深ねぎ 3.6	※上白糖 0.26	※みりん 1.2	※酢 2.6	
	※ケチャップ 3.6	※上白糖 1.3	水 144	※なたね油 5.4	※しょうゆ 1.2	※しょうゆ 1.75	※しょうゆ 0.91	※酒 1.2	※上白糖 1.95	
	※ウスターソース 4.8	※しょうゆ 1.95	※食塩 0.12	※ウスターソース 4.8	※食塩 0.12	※上白糖 0.75	塩コショウ 0.07	※なたね油 1.2	※一味唐辛子 0.01	
	※上白糖 0.12	※ウスターソース 1.04	ちくわのいそべあげ	※しょうゆ 3.6	※なたね油 1.2	※酢 1.2	※酒 1.3	はんぺんのだいこんのもの	水 13	
	水 1.2	※酢 1.95	※焼き竹輪 25	※クローブ 0.02	ふゆやさいのスープに	※でん粉 0.3	※豆板醤 0.01	豚肉 30	※でん粉 0.39	
	※ベーコン 9.6	水 10.4	※小麦粉 6	※オースパイス 0.02	※ベーコン 25	水 7.5	※でん粉 0.26	※小玉はんぺん 36	コールスローサラダ	
	ごぼう 30	イタリアンサラダ	※なたね油 6	※トマトピューレー 12	キャベツ 36	にびたし	水 6.5	だいこん 60	キャベツ 30	
	ピーマン 8.4	レタス 18	ごもくまめ	※カットマト 18	じゃがいも 24	こまつな 24	にんじんサラダ	※つきこんにやく 30	にんじん 14.4	
	※なたね油 0.6	だいこん 18	大豆 9.6	※赤ワイン 0.6	かぼちゃ 24	キャベツ 24	にんじん 48	※冷凍さやいんげん 6	※冷凍コーン 6	
	塩コショウ 0.06	こまつな 24	ごぼう 12	※洋風スープの素 1.2	カリフラワー 12	※油揚げ 3.6	パセリ 0.84	※しょうゆ 5.4	※コールスロドレ 6	
	※鶏ガラスープ 0.24	※イタリアンドレ 4.8	※冷凍さやいんげん 3.6	※上白糖 0.6	白かぶ 18	※液体かつおだし 0.6	※棒々鶏ドレ 6	※みりん 1.2	ミネストローネ	
	※しょうゆ 0.24	マカロニスープ	にんじん 8.4	※ロリエ 0.02	かぶの葉 0.6	※しょうゆ 1.2	にらたまスープ	※上白糖 0.96	豚肉 12	
	とうふのみそしる	豚肉 12	※板こんにやく 3.6	※タイム 0.01	セロリー 2.4	※上白糖 0.6	※冷凍液卵 18	※フレーク節 1.8	たまねぎ 24	
	※冷凍角切り豆腐 30	キャベツ 24	※液体かつおだし 0.24	水 84	※なたね油 0.36	※みりん 0.6	※ほぐしさまみ 20	※酒 2.4	じゃがいも 24	
	だいこん 18	ごぼう 18	※しょうゆ 1.8	さかなのハーブやき	※洋風スープの素 1.2	ぶたじる	にら 12	水 48	※カットマト 24	
	はくさい 12	にんじん 12	※上白糖 0.84	※ホキ 52	※しょうゆ 0.6	豚肉 28	※冷凍コーン 12	すのもの	※ひよこ豆 14.4	
	えのきたけ 6	※シエルマカロニ 3	※みりん 1.2	※パズル 0.03	※ロリエ 0.01	ごぼう 9.6	はくさい 12	きゅうり 30	※マッシュルーム水煮 12	
	根深ねぎ 12	※コンソメ 0.96	水 12	※黒こしょう 0.01	水 84	里芋 15.6	※しょうゆ 2.4	※冷凍コーン 18	セロリー 2.4	
	※煮干し 2.4	※しょうゆ 0.96		※食塩 0.13		だいこん 12	※中華スープの素 1.2	※わかめ 0.6	にんにく 0.24	
	※赤みそ 9.6	塩コショウ 0.12		※白ワイン 2.6		※板こんにやく 9.6	塩コショウ 0.12	※酢 1.2	パセリ 0.36	
	水 132	水 132		※オリーブ油 1.3		たまねぎ 9.6	※でん粉 0.24	※しょうゆ 1.8	※コンソメ 1.2	
	かつおぶりかけ	ミルクプリン		レモン 1.3		※赤みそ 9.6	水 132	※上白糖 0.96	※しょうゆ 0.6	
	※おかかぶりかけ 2	※ミルクプリン(中) 80		※なたね油 0.65		水 132			塩コショウ 0.12	
				みずなのサラダ					※上白糖 0.12	
				だいこん 30					※オリーブ油 0.36	
				みずな 30					水 96	
				※青じそドレ 6						
		エネルギー 塩分	エネルギー 塩分	エネルギー 塩分	エネルギー 塩分	エネルギー 塩分	エネルギー 塩分	エネルギー 塩分	エネルギー 塩分	エネルギー 塩分
	中学校	836 2.7	838 1.9	734 2.3	796 2.5	799 3	869 2.7	719 2.3	737 2.6	828 3.4

*エネルギーの単位はKcalです。

*食材の分量は、中学校の分量になっています。

*塩分の単位はgです。

*入荷都合等により、献立もしくは材料を変更する場合がありますので、ご了承下さい。

*ドレッシングの表記は〇〇ドレになっています。