

2月 中学校献立表

第613
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 TEL644-4325

じつしひ 実施日	こん 献 立 名	おも な 材 料 と そ の の 工 作 き			はたら か だ ら う し 体の調子をととのえるもの (みどりのたべもの)	えい 栄 養 量	りょう 量 (g)	今月の献立より
		ねうちから 熱や力になるもの (きいろのたべもの)	ちにくほね 血・肉・骨になるもの (あかのたべもの)	からだらうし 体の調子をととのえるもの (みどりのたべもの)				
中A								
2 月	ごはん 牛乳 さつまいものみそ汁 ぶりゆずしょうゆ焼き 野菜のごまあえ	ごはん さつまいも さとう ごま	牛乳 豚肉 油揚げ みそ ぶり	大根 にんじん ねぎ ほうれん草 キャベツ	741	27.7	20.6	2.3
3 火	公立高校前期B入試のため 弁当日							
4 水	ごはん 牛乳 みそワンタンスープ まぐろカツソースかけ 拌三糸(パンサンスー)	ごはん ワンタン ごま油 油 はるさめ さとう	牛乳 豚肉 みそ まぐろ	にんじん ねぎ もやし しいたけ にんにく きゅうり キャベツ	789	25.2	21.9	2.6
5 木	〈節分献立〉 ごはん 牛乳 里いものみそ汁 いわし梅煮 とりごぼう炒め 節分福豆	ごはん こんにゃく 油 里いも さとう ごま	牛乳 油揚げ みそ いわし とり肉 大豆	いもがら ねぎ ごぼう にんじん さやいんげん	721	28.9	16.9	2.8
6 金	〈オリパラ献立 イタリア編〉 市産小麦食パン 牛乳 ステラスープ パリソオーネ 野菜サラダドレッシングあえ りんごジャム	市産小麦食パン マカロニ 油 さとう ジャム	牛乳 豚肉 パリソオーネ	にんじん 白菜 玉ねぎ キャベツ きゅうり とうもろこし	735	25.1	23.2	3.6
9 月	ごはん 牛乳 とりごぼう汁 しゃもフライ(2尾) 大根の炒り煮	ごはん 油 さとう	牛乳 とり肉 油揚げ しゃも さつま揚げ	にんじん ごぼう 白菜 しいたけ 大根	760	25.5	22.5	2.4
10 火	ごはん 牛乳 酸辣湯(サンラータン) ぎょうざ(2個) ホイコーロー	ごはん でんぶん さとう	牛乳 とり肉 卵 豆腐 ぎょうざ 豚肉 みそ	たけのこ ねぎ にんじん しいたけ キャベツ 玉ねぎ ピーマン バブリカ しようが にんにく	783	30.2	22.8	3.3
12 木	ごはん 牛乳 豚汁 ハンバーグ照焼きソース ポテトサラダ	ごはん こんにゃく さとう でんぶん じゃかいも ノンエッグマヨネーズ	牛乳 豚肉 豆腐 油揚げ みそ ハンバーグ	大根 にんじん ごぼう ねぎ きゅうり	822	28.1	26.8	2.8
13 金	ごはん 牛乳 ★ポークカレー トマトミートオムレツ おひたし	ごはん じゃかいも 油 カレールウ	牛乳 豚肉 脱脂粉乳 チーズ オムレツ	グリンピース にんじん 玉ねぎ にんにく キャベツ もやし	813	25.8	25.4	3.3
16 月	ごはん 牛乳 かきたまみそ汁 豚肉しょうが焼き 五目煮	ごはん でんぶん じゃがいも こんにゃく さとう	牛乳 豆腐 卵 みそ 豚肉 とり肉 ちくわ	にんじん ねぎ ごぼう しいたけ	743	30.8	21.7	2.7
17 火	ごはん 牛乳 飛鳥汁 ホキフライソースかけ 野菜の塩昆布あえ	ごはん 油 ごま油	牛乳 とり肉 生揚げ 豆乳 みそ ホキ 塩こんぶ	白菜 にんじん ねぎ ごぼう しいたけ キャベツ もやし	760	28.0	23.7	2.4
18 水	ごはん 牛乳 キムチスープ シューマイ(2個) 中華サラダ	ごはん ごま油 さとう	牛乳 豚肉 豆腐 みそ シューマイ わかめ	白菜 にんじん えのきたけ ねぎ キムチ にんにく キャベツ きゅうり	743	26.7	21.1	2.9
19 木	〈雪若丸給食〉 ごはん 牛乳 白菜のみそ汁 かつおソースかけ 凍り豆腐の煮物	ごはん 油 こんにゃく さとう	牛乳 油揚げ みそ かつお 凍り豆腐 とり肉 ちくわ	白菜 玉ねぎ ごぼう にんじん さやいんげん しいたけ	764	27.9	21.9	2.8
20 金	市産小麦コッペパン ★コーンスープ 白いまフランクチヤップソースかけ 小松菜とツナのソテー	市産小麦コッペパン じゃがいも コーンポタージュ 油 さとう でんぶん	牛乳 とり肉 生クリーム 脱脂粉乳 白ごまフランク ツナ	バセリ にんじん 玉ねぎ クリームコーン トマトピューレー 小松菜 とうもろこし	866	33.8	32.6	4.5
24 火	ごはん 牛乳 沢煮椀 ほっけフライソースかけ 肉じゃが	ごはん 油 じゃがいも さとう	牛乳 とり肉 かまぼこ ほっけ 豚肉	大根 にんじん しいたけ ねぎ 玉ねぎ 枝豆	761	27.4	20.4	2.6
25 水	ごはん 牛乳 ★ハヤシシチュー 厚焼たまご 野菜サラダ 玉ねぎドレッシング	ごはん じゃがいも 油 ハヤシフレーク ドレッシング	牛乳 豚肉 卵	グリンピース トマト にんじん 玉ねぎ キャベツ きゅうり	800	24.3	22.5	3.3
26 木	ごはん 牛乳 とり団子のスープ さばみそ煮 切干大根のごま酢あえ	ごはん じゃがいも さとう ごま油	牛乳 とり肉団子 さば わかめ	玉ねぎ にんじん 切干大根 きゅうり もやし	713	28.2	17.9	3.0
27 金	ごはん 牛乳 生揚げのみそ汁 とり照焼き すき昆布の煮物	ごはん こんにゃく 油 さとう	牛乳 生揚げ 豚肉 みそ とり肉 ちくわ こんぶ	大根 ねぎ にんじん	729	32.9	22.0	2.8

新製品アレルギー(表示義務・推奨の28品目)情報

新製品	アレルゲン
節分福豆	大豆
ステラマカロニ(ステラスープ)	小麦
パリソオーネ	小麦・大豆・鶏肉
トマトミートオムレツ	卵・大豆・鶏肉



★:スプーンを使うと食べやすいメニューです。

※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。

※成分やメーカーが変わった場合は、同じ製品でもお知らせします。

<学校上り>

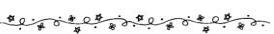
節分献立

2月3日は節分です。節分とは「季節の変わり目」のことです。暦の上では2月4日から春になります。日本には四季があるため節分は年に4回あります。特に冬から春に変わる2月の節分は、新しい1年の始まりとして昔から大切にされてきました。節分には「鬼(は外、福は内)」と言って豆をまいたり、年の数だけ豆を食べたりします。鬼とは、病気や火事、地震などの災いのことです。鬼を追いはらい、「新しい1年も家族が健康で幸せに過ごせますように」と願います。また、鬼が家に入らないように、ひいらぎの枝に焼いたいわしの頭をさせて玄関に飾る風習もあります。



オリパラ献立 イタリア編

イタリアで開催される冬季オリンピック・パラリンピックにちなんで、イタリアの料理が給食に登場します。ステラスープのステラはイタリア語で「星」ことで、星の形のマカロニを入れ、コンソメスープにしました。パリソオーネはイタリアの郷土料理「カルツオーネ(包みピザ)」に似たピザ生地でミートソースなどを包み、油で揚げたイタリア風のフライ料理です。みんなでオリパラ献立を食べて、選手を応援しましょう。



雪若丸給食

今日の給食のごはんは、雪若丸という品種のお米です。雪若丸は、はえぬきに比べてお米の粒が大きく、粘りや固さに優れた新食感のお米です。雪若丸という名前は、山形県のみなさんの投票で決まりました。雪のような白さやツヤがある粒が美しいこと、「つや姫」の次に生まれた弟のような存在になつてほしいという願いなどからつけられたそうです。いつものごはんとの違いがわかりますか?よくかんで、味わって食べてください。

