

平成30年 2月の予定献立表

はごろも学校給食センター
TEL 897-8560

※ はごろも学校給食センターのアレルギー除去対応食材は★マークで表示しており、給食センターでの対応は次の通りです。

○…対応可能 ×…対応不可

※ 除去食対応は、学校および給食センターとの処遇会議を経て対応が決まった児童・生徒へ行うものです。

※ 食品衛生法に基づくアレルギー対象義務7品目(えび、かに、小麦、そば、卵、乳、落花生)を表示しています。

日 曜日	行事 欠食等	主な材料と体内での働き				調味料
		こ ん だ て	(あか) おもに体をつくる もとなる食品	(きいろ) おもにエネルギーの もとなる食品	(みどり) おもに体の調子を 整えるもとなる食品	
1 木	リクエスト 献立♪	煮ごぼん マーボー豆腐 もやしとコーンの和え物 くだもの	とうふ、ぶたにく、だいず、みそ わかめ、★しらすぼし	こめ、麦 餅、でん粉、ごま油、なたね油 ごま、餅、ごま油	たけのこ、にんじん、たまねぎ、ねぎ、しょうが しいたけ、にんにく、しょうが もやし、にんじん、コーン くだもの	甜面醬、しょうゆ、ブイヨン しょうゆ、酢
2 金	節分献立	すし飯 べつたら、ピクルス 梅干しのり 具だくさんみそ汁 いわしのパン粉焼き 節分豆 きな粉揚げパン(小)	のり ぶたにく、みそ、かつお節 いわし 節分豆 きな粉、★スキムミルク	こめ ごま じゃがいも パン粉	べつたら漬、ピクルス かぼちゃ、なめこ、にんじん、だいこん えのきたけ ハチ	
5 月		豚肉とトマトの煮込み 大根サラダ くだもの(中)	とりにく、ひよこまめ、白花生 大福豆	★給食パン、さとう、黒糖、大豆油、 アーモンド 給食パン じゃがいも、餅、なたね油 フレンチドレッシング	たまねぎ、にんじん、ブロッコリー、セロリ カリフラワー、ハチ、トマト、にんにく だいこん、きゅうり、コーン くだもの	ウスターソース、ブイヨン
6 火	宜野湾市 ターウムの日	煮ごぼん 鶏肉と昆布の汁 マーミナーチヤンプル 田芋の唐揚げ	とりにく、こんぶ、かつお節 あつあげ、チキアキ、ぶたにく	こめ、麦 なたね油 田芋、大豆油、餅、水あめ、ごま、 黒糖、でん粉	だいこん、にんじん、ねぎ、しょうが もやし、にんじん、キャベツ	しょうゆ しょうゆ しょうゆ
7 水		煮ごぼん ふわりわかめスープ 鶏肉のナッツ炒め くだもの	わかめ、★たまご、ハム とりにく	こめ、麦 ごま油、でん粉 カシューナッツ、アーモンド、 砂糖、なたね油、ごま油	たまねぎ、ほう たまねぎ、にんじん、ピーマン、赤ピーマン たけのこ、にんにくの芽 くだもの	しょうゆ、ブイヨン しょうゆ、酢
8 木	リクエスト 献立♪	煮ごぼん 肉じゃが 魚の糠揚げ ひじきの佃煮	ぶたにく、かつお節 さば ひじき、いとけずり	こめ、麦 じゃがいも、餅 なたね油 麵 ごま、水あめ、餅	たまねぎ、にんじん、いんげん、しいたけ しょうが、ごんにやく	しょうゆ
9 金		煮ごぼん 石狩汁 野菜のからし和え 焼き豆腐のそぼろあんかけ コーンピラフ	鮭、みそ、かつお節 糸けずり とうふ、ぶたにく とりにく、ベーコン、大豆	こめ じゃがいも なたね油、餅、でん粉 なたね油	にんじん、ほくさい、ねぎ こまつな、もやし、きゅうり、キャベツ たまねぎ、ピーマン、赤ピーマン、しょうが	しょうゆ しょうゆ しょうゆ
13 火		アズパラのソテー 鮭のチーズフライ	ウインナー ★鮭のチーズフライ	こめ、★無塩バター なたね油 なたね油	にんじん、たまねぎ、コーン、餅、バガス グリーンピース、マッシュルーム、にんにく キャベツ、リンゴ、アズパラガス、カリフラワー にんじん	ブイヨン しょうゆ
14 水		煮ごぼん 大根のすまし汁 野菜のみそ炒め 干草焼き	わかめ、うすあげ、かつお節、出し昆布 ぶたにく、あつあげ、みそ ★干草焼き	こめ 餅、なたね油	だいこん キャベツ、にんじん、ほう、もやし、たけのこ	しょうゆ
15 木	リクエスト 献立♪	煮ごぼん ハマシライス アーモンド入り彩りサラダ くだもの	ぶたにく	こめ 餅、小麦粉、★無塩バター、 なたね油 アーモンド、餅、オリーブ油	たまねぎ、にんじん、しめじ、ハチ、 マッシュルーム、にんにく、トマト ブロッコリー、赤ピーマン、きゅうり、コーン キャベツ、たまねぎ、あお豆、レモン くだもの	ハヤシルウ、デミタラソース ブイヨン、ウスターソース しょうゆ、りんご酢
16 金	嘉小スマイル 旧正月	クープイリチー ウサチ けんちん汁 ひじきの煮め煮 魚のゴマ焼き	かつお節 こんぶ、ぶたにく、かまぼこ あぶらあげ とうふ、かつお節、出し昆布 ちくわ、ひじき、大豆、うすあげ シルバー、みそ	こめ、黒米 ごま 餅、なたね油 餅	ごんにやく、しいたけ だいこん、ごんにやく、にんじん もやし、にんじん、だいこん、小松菜 ごぼう、だいこん、にんじん、ねぎ しいたけ ほう、にんじん、キャベツ、もやし、ごんにやく しょうが	ブイヨン しょうゆ
19 月	普天間中 食育の日	煮ごぼん けんちん汁 ひじきの煮め煮 魚のゴマ焼き	とうふ、かつお節、出し昆布 ちくわ、ひじき、大豆、うすあげ シルバー、みそ	こめ きどいも 餅、なたね油 ごま、餅	ごぼう、だいこん、にんじん、ねぎ しいたけ ほう、にんじん、キャベツ、もやし、ごんにやく しょうが	しょうゆ
20 火	リクエスト 献立♪	豚肉とトマトの煮込み きな粉揚げパン(中) ヌードルスープ ウインナーと野菜のソテー くだもの(小)	きな粉、スキムミルク ベーコン、★加工乳 ウインナー	★給食パン 給食パン、さとう、黒糖、大豆油、 アーモンド スパゲティ、小麦粉、★無塩バター なたね油	にんじん、たまねぎ、セロリ、ハチ マッシュルーム キャベツ、コーン、ブロッコリー、にんじん リンゴ、にんにく くだもの	ブイヨン しょうゆ
21 水		煮ごぼん キムチ鍋 ささみの中華和え くだもの	ぶたにく、とうふ、みそ、かつお節 とりにく、わかめ	こめ ごま油、なたね油 ごま、餅、ごま油	白菜キムチ、えのきたけ、こまつな 白菜、にんじん、しいたけ、ごんにやく もやし、きゅうり、にんじん くだもの	しょうゆ
22 木	ナンカヌスク	うちなー七草粥 ごぼうの炒め物 焼き芋 アーモンドカル カレーうどん	★しらすぼし、かつお節、 出し昆布 ぶたにく、ちくわ とりにく、なると、あぶらあげ、 かつお節 ぶたにく、チキアキ、あつあげ	こめ 餅、ごま油、なたね油 さつまいも アーモンド、加 うどん、小麦粉、★無塩バター	だいこん、ほうれんそう、さんとうさい からしな、小松菜、ふだんそう、大根葉 ごぼう、にんじん、いんげん	しょうゆ
23 金		ジャンボいんげんの炒め物 かき揚げ ブルーン	ぶたにく、チキアキ、あつあげ	なたね油 かき揚げ、大豆油	いんげん、リンゴ、にんじん、たまねぎ ブルーン	カレーうどん、しょうゆ、 ウスターソース、ブイヨン しょうゆ
26 月	嘉小6年	煮ごぼん とびうおのつみれ汁 もずく丼(あんかけ) かぼちゃの天ぷら	とびうおボール、みそ、かつお節 もずく、ぶたにく、大豆	こめ 餅、でん粉、なたね油 大豆油	だいこん、にんじん、えのきたけ、こまつな にんじん、たまねぎ、赤ピーマン、 黄ピーマン、にんにく かぼちゃ天ぷら	しょうゆ、ブイヨン
27 火		煮ごぼん 白菜の中華スープ 肉団子の中華炒め くだもの	あさり 肉団子	こめ ほろきめ、ごま油 餅、ごま油、なたね油、でん粉	はくさい、ほう、にんじん、たまねぎ、 しいたけ にんじん、たまねぎ、ピーマン、茎にんにく たけのこ、パインアップル くだもの	しょうゆ、ブイヨン ウスターソース、ブイヨン、 しょうゆ、酢
28 水		フーチパージュシー 大根と里芋のうま煮 魚のカリカリフライ	ぶたにく、かまぼこ、かつお節 ぶたにく、ちくわ、かつお節 いわしのカリカリフライ	こめ、なたね油 さといも、餅、なたね油 大豆油	にんじん、よもぎ、ごぼう、しいたけ 餅、バガス だいこん、にんじん、いんげん	しょうゆ

☆食材、その他の都合により献立を変更することがあります。
☆学校給食費は、期限内に納めましょう。
☆調味料・加工品の原材料については裏面をご覧ください。
☆アーサー・ちりめんじゃこには、エビが混入している場合があります。

学校給食の 栄養基準量	C=エネルギー P=タンパク質 F=脂質		
	小学校	640 kcal	24.0 g
中学校	820 kcal	30.0 g	27.3 g

H29年度 学校給食調味料・加工品等表示一覧表

宜野湾市立はごろも学校給食センター TEL 897-8560

調味料・加工品名	原材料名	調味料・加工品名	原材料名
しょうゆ	大豆・小麦	パン粉	小麦・大豆
酢	小麦	節分豆	小麦・大豆
ブイヨン	鶏肉・豚肉	白菜キムチ	小麦・大豆・りんご・さば
みそ	大豆	千草焼き	卵・乳・小麦・大豆 鶏肉
赤だし	大豆・さば・鶏肉		
テンメンジャン	小麦・大豆・ごま	鮭のチーズフライ	乳・小麦・さけ・大豆
チャツネ	りんご	アーモンドカル	ごま
オイスターソース	大豆	かき揚げ	小麦・大豆
トマトソース	大豆	かぼちゃ天ぷら	小麦
デミグラスソース	小麦・牛肉・大豆・豚肉	肉団子	小麦・牛肉・豚肉・鶏肉 大豆
ウスターソース	大豆・りんご		
りんごピューレ	りんご		
カレールウ	小麦・大豆・鶏肉・牛肉		
ハヤシルウ	小麦・大豆・牛肉		
ホワイトルウ	小麦・乳・大豆・鶏肉・牛肉		
ワンタン	小麦・大豆		
麩	小麦		
給食パン	小麦・乳・大豆		
スパゲティー・マカロニ	小麦		
ミニミニ納豆	大豆・小麦		
無塩せきウィンナー	豚肉		
無添加ハム	豚肉・大豆・鶏肉		
無添加ベーコン	豚肉・大豆		
かまぼこ・ちくわ チキアギ・なると	大豆		
無塩バター・ヨーグルト チーズ	乳		
中華めん・うどん 沖縄そば・ウーヅ沖縄そば	小麦		
豆腐・厚揚げ・豆乳 こうや豆腐・油揚げ	大豆		

※宜野湾市の給食センターでは、「安全・安心・確実」な給食の提供を行うため、食品衛生法に基づくアレルギー対象表示義務7品目について除去食対応をしています。 (表示義務7品目：えび、かに、小麦、そば、卵、乳、落花生)

※この一覧表は、給食予定献立で使用する調味料・加工品等について、上記の7品目、及び推奨20品目を含む 合計27品目のアレルギーを記載しています。推奨20品目：(あわび、いか、いくら、オレンジ、カシューナッツ、キウイフルーツ、牛肉、くるみ、ごま、さけ、さば、ゼラチン、大豆、鶏肉、バナナ、豚肉、まつたけ、もも、やまいも、りんご)

平成30年

きゅうしよくはい

2月の給食配ぜん図 (小学校用)

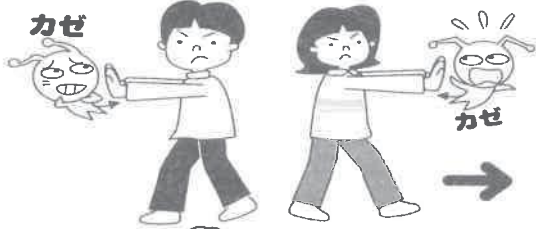
かぜ

た

★風邪にまけないよう、のこさず食べよう★

はごろも学校給食センター

かぜ



かぜ

かぜの予防には



色のこい やさい
くだもの (みかんなど)
〈ビタミンA・ビタミンC〉
をたっぷりとりよう。

2月1日 (木)			2月2日 (金)	
2月5日 (月)	2月6日 (火)	2月7日 (水)	2月8日 (木)	2月9日 (金)
2月12日 (月)	2月13日 (火)	2月14日 (水)	2月15日 (木)	2月16日 (金)
<p>振替休日</p>				
2月19日 (月)	2月20日 (火)	2月21日 (水)	2月22日 (木)	2月23日 (金)
2月26日 (月)	2月27日 (月)	2月28日 (月)		

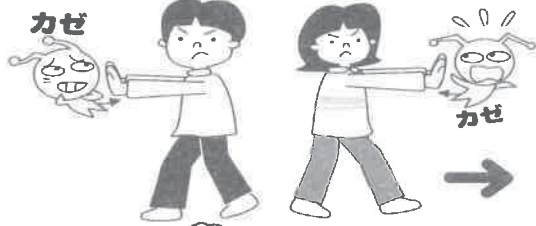
平成30年

きゅうしよくはい

2月の給食配ぜん図 (中学校用)

かぜ た ★風邪にまけないよう、のこさず食べよう★

はごろも学校給食センター



カゼの予防には



色のこいやさい
くだもの(みかんなど)
くビタミンA・ビタミンCをたっぷりとりよう。

<p>2月1日(木)</p> <p>くだもの もやしとコーンの和え物</p> <p>麦ごはん マーボー豆腐</p>			<p>2月2日(金)</p> <p>焼きのり 節分豆</p> <p>べつたらピクルス いわしのパン粉焼</p> <p>ずし飯 具だくさんみそ汁</p>	
<p>2月5日(月)</p> <p>くだもの 大根サラダ</p> <p>なかよし胚芽パン 鶏肉とトマトの煮込み</p>	<p>2月6日(火)</p> <p>田芋のから揚げ マーミナーチャプルー</p> <p>麦ごはん 鶏肉と昆布の汁</p>	<p>2月7日(水)</p> <p>くだもの 鶏肉とナッツの炒め</p> <p>麦ごはん ふんわりわかめスープ</p>	<p>2月8日(木)</p> <p>魚の塩麹焼き</p> <p>ひじきの佃煮</p> <p>麦ごはん 肉じゃが</p>	<p>2月9日(金)</p> <p>青菜のからし和え</p> <p>焼き豆腐のそぼろあんかけ</p> <p>ごはん 石狩汁</p>
<p>2月12日(月)</p> <p>振替休日</p>	<p>2月13日(火)</p> <p>鮭のチーズフライ</p> <p>コーンピラフ アスパラのソテー</p>	<p>2月14日(水)</p> <p>野菜のみそ炒め 千草焼き</p> <p>ごはん 大根のすまし汁</p>	<p>2月15日(木)</p> <p>くだもの アーモンド入り彩りサラダ</p> <p>ごはん ハヤシライス</p>	<p>2月16日(金)</p> <p>ウサチ クープイリチー</p> <p>黒米ごはん イナムドゥチ</p>
<p>2月19日(月)</p> <p>ひじきの含め煮 魚のゴマ焼き</p> <p>ごはん けんちん汁</p>	<p>2月20日(火)</p> <p>ウインナーと野菜のソテー</p> <p>きなこ揚げパン ヌードルスープ</p>	<p>2月21日(水)</p> <p>くだもの ささみの中華和え</p> <p>麦ごはん キムチ鍋</p>	<p>2月22日(木)</p> <p>アーモンドカル</p> <p>焼き芋</p> <p>うちなー七草がゆ ごぼうの炒め物</p>	<p>2月23日(金)</p> <p>プルーン かき揚げ</p> <p>ジャンボいんげんのカレーうどん 炒め物</p>
<p>2月26日(月)</p> <p>かぼちゃ天ぷら</p> <p>もずく丼 とびうおのつみれ汁(ごはん・具)</p>	<p>2月27日(月)</p> <p>くだもの 肉団子の中華炒め</p> <p>ごはん 白菜の中華スープ</p>	<p>2月28日(月)</p> <p>魚のカリカリフライ</p> <p>フーチー・ジュシー 大根と里芋のうま煮</p>	<p>骨は元気?</p> <p>のんごね</p>	