

令和3年度2月分

## 中学校給食献立表（Ｂブロック）

第一中学校・庭窪中学校・八雲中学校・樫中学校・  
大久保中学校・錦中学校・樺風中学校

実施日献立	名立	品名	実施日献立	名立	品名
2/1火	ごはん 牛乳 さばのごまみそ焼き 牛肉と春雨の炒め物 白菜とゆずの即席漬け かき粥汁	【米】 【さば、白ごま、白みそ、砂糖、みりん、酒、油】 【牛肉、春雨、玉ねぎ、人参、絹さや、干しいたけ、しょうが、にんにく、油、しょうゆ、砂糖、酒、塩、ごま油、こしょう】 【白菜、ゆず果汁、しょうゆ、塩】 【卵、えのきたけ、わかめ、しょうゆ、みりん、塩、けずりぶし、だしこんぶ】	2/15火	ごはん 牛乳 野菜たっぷりキーマカレー いかのリング揚げ カリフラワーの甘酢和え じゃが芋のポタージュ	【米】 【豚ひき肉、トマト水煮、玉ねぎ、れんこん、赤パプリカ、黄パプリカ、ピーマン、人参、油、カレーフレーク、カレー粉、砂糖、塩、こしょう】 【いかにリングフライ、油】 【ツナ、カリフラワー、酢、砂糖、しょうゆ、塩】 【玉ねぎ、じゃが芋、人参、油、豆乳、コンソメ、塩、こしょう、片栗粉】
2/2水	ごはん 牛乳 関東煮 春菊のかきあげ 切干大根の煮物 すまし汁	【米】 【鶏肉、こんにゃく、平天、じゃが芋、人参、さやいんげん、しょうゆ、砂糖、みりん、けずりぶし、だしこんぶ】 【玉ねぎ、春菊、小麦粉、塩、油】 【うす揚げ、人参、切干大根、さやいんげん、しょうゆ、砂糖、みりん、けずりぶし】 【白菜、青ねぎ、しょうゆ、みりん、塩、けずりぶし、だしこんぶ】	2/16水	ごはん 牛乳 チーズタッカルビ ナムル 春雨サラダ わかめスープ	【米】 【鶏肉、さつま芋、キャベツ、しょうが、チーズ、ごま油、乾燥パセリ、コチュジャン、しょうゆ、砂糖、酒、トウバンジャン】 【ほうれん草、もやし、人参、しょうゆ、ごま油、塩】 【春雨、きゅうり、白菜、人参、白ごま、酢、しょうゆ、砂糖、中華スープ】 【卵、わかめ、白ごま、中華スープ、塩】
2/3木	ごはん 牛乳 いわしのかば焼き風 チンゲン菜とあけの煮びたし 豚肉とごぼうの煮物 フルーツミックス缶 みそ汁	【米】 【いわし開き、片栗粉、油、しょうゆ、砂糖、みりん】 【うす揚げ、チンゲン菜、人参、砂糖、しょうゆ、塩、こしょう】 【豚肉、ごぼう、人参、絹さや、油、しょうゆ、砂糖、酒、けずりぶし】 【フルーツミックス缶】 【豆腐、玉ねぎ、わかめ、赤みそ、白みそ、けずりぶし、だしこんぶ】	2/17木	ツイストパン 牛乳 ビーフシチュー マカロニソテー 白菜のサラダ 青りんごゼリー	【ツイストパン】 【牛肉、玉ねぎ、人参、ハヤシフレーク、ケチャップ、塩】 【マカロニ（ペンネ）、えび、キャベツ、人参、にんにく、オリーブ油、コンソメ、こしょう】 【白菜、きゅうり、人参、かつおぶし、しょうゆ、オリーブ油、酢、塩】 【青りんごゼリー】
2/4金	バターライス 牛乳 ベッパライス風 ブロッコリーとツナのサラダ 大豆とちりめんの甘辛煮 大根と人参のみそ汁	【米、バター】 【牛肉、コーン、青ねぎ、にんにく、油、しょうゆ、酒、砂糖、こしょう】 【ツナ、ブロッコリー、玉ねぎ、マヨネーズ、ごま油、中華スープ、こしょう】 【大豆、ちりめんじゃこ、しょうゆ、砂糖、みりん】 【大根、人参、青ねぎ、わかめ、赤みそ、白みそ、けずりぶし、だしこんぶ】	2/18金	ごはん 牛乳 豚キムチ炒め チヂミ きゅうりとツナの和え物 かぶのスープ	【米】 【鶏肉、こんにゃく、白菜、白菜キムチ、ニラ、白ごま、油、しょうゆ、酒、塩、こしょう】 【チヂミ、しょうゆ、酢、ごま油、砂糖、片栗粉】 【ツナ、きゅうり、えのきたけ、しょうゆ、みりん】 【かぶ、わかめ、中華スープ、塩、こしょう】
2/7月	ごはん 牛乳 ガバオライス キャベツのごま酢和え えびとじゃが芋のスパイシー炒め マンゴー缶 春雨スープ	【米】 【鶏ひき肉、玉ねぎ、ピーマン、赤パプリカ、にんにく、油、オイスターソース、しょうゆ、砂糖、中華スープ、トウバンジャン】 【かに風味かまぼこ、キャベツ、白ごま、酢、砂糖、しょうゆ】 【えび、じゃが芋、枝豆、油、カレー粉、コンソメ、塩、こしょう】 【マンゴー缶】 【春雨、小松菜、人参、酒、中華スープ、塩、こしょう】	2/21月	わかめごはん 牛乳 あじの竜田揚げ ひじきの炒め煮 キャベツのおひたし すまし汁	【米、わかめごはんの素】 【あじ、しょうが、しょうゆ、酒、塩、こしょう、片栗粉、油】 【豚肉、こんにゃく、人参、ひじき、油、しょうゆ、砂糖、みりん、けずりぶし】 【キャベツ、えのきたけ、しょうゆ、みりん、けずりぶし】 【豆腐、白菜、青ねぎ、しょうゆ、みりん、塩、けずりぶし、だしこんぶ】
2/8火	ごはん 牛乳 タンダーリーチキン ペペロンチーノ いかとキャベツのレモン和え コンソメスープ	【米】 【鶏肉、にんにく、ヨーグルト、ケチャップ、カレー粉、砂糖、しょうゆ、塩、こしょう、油】 【スパゲティ、ハム、玉ねぎ、枝豆、にんにく、オリーブ油、砂糖、塩、こしょう、たかのつめ】 【いか、キャベツ、人参、レモン果汁、しょうゆ、砂糖、みりん】 【玉ねぎ、人参、コンソメ、塩、こしょう】	2/22火	ごはん 牛乳 豚肉のきのこ炒め 鶏肉と大根の煮物 春菊とじゃが芋の炒め物 みそ汁	【米】 【豚肉、白菜、えのきたけ、しめじ、エリンギ、油、しょうゆ、みりん、酒、塩、こしょう】 【鶏肉、大根、しょうゆ、砂糖、酒、みりん、けずりぶし】 【春菊、じゃが芋、にんにく、オリーブ油、塩、こしょう】 【うす揚げ、玉ねぎ、人参、赤みそ、白みそ、けずりぶし、だしこんぶ】
2/9水	ごはん 牛乳 さわらの袖庵焼き 豚もやし炒め チンゲン菜の中華和え みそ汁	【米】 【さわら、ゆず果汁、しょうゆ、酒、みりん、砂糖、油】 【豚肉、もやし、人参、ニラ、ごま油、オイスターソース、塩、こしょう】 【ちくわ、チンゲン菜、ごま油、しょうゆ、塩、こしょう】 【玉ねぎ、わかめ、赤みそ、白みそ、けずりぶし、だしこんぶ】	2/24水	ごはん 牛乳 フルコギ 春巻 もやしのごま和え スンドubuチヂメ	【米】 【牛肉、玉ねぎ、人参、エリンギ、ピーマン、にんにく、油、しょうゆ、砂糖、ごま油、コチュジャン、片栗粉】 【春巻、油】 【もやし、白ごま、しょうゆ、みりん】 【豆腐、玉ねぎ、ニラ、にんにく、しょうが、酒、コチュジャン、中華スープ、オイスターソース、しょうゆ、ごま油、一味とうがらし】
2/10木	ごはん 牛乳 豚肉の生煮焼き 五目煮 きゅうりとコーンの甘酢和え 中華スープ	【米】 【豚肉、玉ねぎ、しょうが、油、しょうゆ、酒、砂糖、片栗粉】 【鶏肉、大豆、ちくわ、人参、ごぼう、さやいんげん、しょうゆ、砂糖、けずりぶし】 【きゅうり、コーン、酢、砂糖、しょうゆ、みりん】 【白菜、玉ねぎ、中華スープ、塩、こしょう】	2/25金	ごはん 牛乳 鶏肉のからあげ 豚肉と厚揚げの炒め物 チンゲン菜の和え物 すまし汁	【米】 【鶏肉、しょうが、酒、しょうゆ、砂糖、からあげ粉、小麦粉、油】 【豚肉、厚揚げ、人参、しょうが、油、しょうゆ、みりん、酒、けずりぶし、片栗粉】 【チンゲン菜、しょうゆ、みりん】 【麩、わかめ、しょうゆ、みりん、塩、けずりぶし、だしこんぶ】
2/14月	たきごみごはん 牛乳 さばの塩焼き 高野豆腐の卵とじ ほうれん草のごま和え 豚汁	【米、うす揚げ、人参、ごぼう、しょうゆ、酒、塩、けずりぶし】 【さば、酒、塩、油】 【卵、高野豆腐、人参、絹さや、しょうゆ、砂糖、酒、みりん、けずりぶし】 【ほうれん草、白ごま、砂糖、しょうゆ、みりん】 【豚肉、こんにゃく、大根、人参、赤みそ、白みそ、けずりぶし、だしこんぶ】	2/28月	さけピラフ 牛乳 ハンバーグ ブロッコリーのごま和え いか入りドレッシング和え 厚揚げのチーズ焼き コンソメスープ	【米、さけフレーク、玉ねぎ、人参、バター、コンソメ、塩、こしょう】 【ハンバーグ、油、ケチャップ、ウスターソース、トンカツソース、砂糖、からし】 【ブロッコリー、人参、白ごま、しょうゆ、みりん】 【いか、キャベツ、きゅうり、人参、酢、しょうゆ、砂糖、油】 【三角厚揚げ、チーズ、枝豆、マヨネーズ】 【ウインナー、玉ねぎ、コーン、コンソメ、塩、こしょう】

※食品のアレルゲンについてご質問がございましたら、守口市教育委員会事務局 教育部 保健給食課 までお問い合わせください。 TEL 06-6995-3156