

令和6年度

2月 給食献立予定表

富士市立吉原北中学校

日	献立名	アレルギー	主に体の組織をつくる		主に体の調子を整える		主にエネルギーになる		その他の食品	エネルギー 1食あたり たんぱく質 (g) 脂質 (g)
			たんぱく質	無機質	カロテン	ビタミン・食物繊維	炭水化物	脂質		
3 (月)	牛乳 *節分献立	乳		牛乳						745
	ごはん						ごはん			
	いわしの梅煮		いわし梅煮							29.6
	五目さんぴら	豚肉 ごま	豚肉	にんじん さやいんげん	ごぼう こんにゃく だけのこ		砂糖	油 ごま	塩 酒 七味唐辛子 しょうゆ みりん	
	すまし汁 福豆	大豆 大豆	豆腐 福豆		こまつな にんじん	しいたけ			だし醤油 醤油の節 塩 しょうゆ	21.8
4 (火)	牛乳	乳		牛乳						853
	ごはん						ごはん			
	さばのカレー揚げ	小麦 さば	さば				小麦粉	油	塩 カレー粉 しょうゆ 酒	33.8
	金時豆の甘煮						金時豆	砂糖	しょうゆ 塩	
	飛鳥汁	鶏肉 乳	鶏肉 みそ	牛乳	にんじん	だいこん ごぼう ひらたけ 松菜ねぎ しょうが しいたけ		じゃがいも	鰯削り節 みりん ブイヨン	28.9
5 (水)	牛乳	乳		牛乳						780
	マーガリンパン	小麦 乳					パン			
	ボルシチ	鶏肉 豚肉 牛肉 小麦 大豆 りんご	豚肉	にんじん	たまねぎ キャベツ かぶね		じゃがいも	油	塩 しょうゆ クETCHAPP	32.3
	ほうれん草とハムのサラダ	豚肉 鶏肉	ハム	トマト かぶね	マッシュルーム にんにく		デミグラスソース		ワイン ブイヨン ソース	
				ほうれん草	コーン		砂糖	油	しょうゆ 塩 酢 洋辛子	31.4
6 (木)	牛乳	乳		牛乳						802
	ごはん かつおぶりかけ						ごはん	かつおぶりかけ		
	手作り大豆コロッケ	豚肉 大豆	豚肉	にんじん	たまねぎ		じゃがいも	パン粉 油	塩 しょうゆ	26.4
	塩キャベツ	小麦	大豆				小麦粉	砂糖	塩 しょうゆ	25.1
	大根のみそ汁	大豆	みそ 豆腐	わかめ	はだいこん	だいこん			鰯削り節	
7 (金)	牛乳	乳		牛乳						745
	モンゴルふうスープうどん	小麦					うどん			
		豚肉 牛肉	豚肉	にら	はくさい たまねぎ もやし		じゃがいも	あぶら	塩 しょうゆ 酒 しょうゆ かまぼこ 鶏卵 だし	34.1
	揚げぎょうざ	鶏肉 セラチン	牛肉						ブイヨン 白味噌 みりん	
	にんじんサラダ	豚肉 小麦 大豆 大豆 小麦	ぎょうざ まくろツナ	にんじん	きゅうり				塩 しょうゆ 酢	28.7
10 (月)	牛乳	乳		牛乳						737
	食パン チョコクリーム	小麦 乳 卵 砂糖 乳 大根					パン	チョコクリーム		
	鶏肉のから揚げ	鶏肉	鶏肉				しょうが	でん粉	油	塩 しょうゆ しょうゆ 酒
	塩キャベツ						キャベツ		塩	
	ひよこ豆入り野菜スープ	豚肉 鶏肉	豚肉 ベーコン	ほうれん草 にんじん	たまねぎ セロリー		じゃがいも ひよこ豆		鰯削り節 ブイヨン ワイン ソース しょうゆ	32.2
12 (水)	牛乳 *ふるさと給食の日	乳		牛乳						768
	ごはん						ごはん			
	のりの佃煮	大豆		のりの佃煮						29.0
	がんもどきと大根のうま煮		がんもどき つくね		にんじん さやいんげん	だいこん しいたけ しょうが	砂糖	でん粉	油	鰯削り節 酒 しょうゆ みりん
	ほうれん草とキャベツの和えもの いよかん	鶏肉	鶏肉	ほうれん草	キャベツ				ソリエックマヨネーズ しょうゆ	25.6
13 (木)	給食はありません。お弁当を持ってきてください。									
14 (金)	牛乳	乳		牛乳						722
	ロールパン	小麦 乳					パン			
	フランクフルトケチャップソース	豚肉 りんご	フランクフルト				砂糖		ケチャップ ワイン ソース 洋辛子	33.3
	ゆでキャベツ						キャベツ			
	ポトフ チーズ	豚肉 鶏肉	豚肉 ベーコン	ブロッコリー にんじん	たまねぎ だいこん セロリー		じゃがいも		ブイヨン 塩 しょうゆ しょうゆ	32.8
17 (月)	牛乳 *ふじっぴー給食	乳		牛乳						745
	ごはん						ごはん			
	黒はんぺんのお茶揚げ	小麦 さば	黒はんぺん		茶		小麦粉	油	塩	
	塩もみ野菜						キャベツ きゅうり		塩	
	チンゲンサイのスープ	豚肉 鶏肉 大豆	鶏肉 豆腐	チンゲンサイ	きくらげ にんじん				鰯削り節 ガラスープ 塩 酒 しょうゆ しょうゆ	24.3
* 学校給食摂取基準(2年生) * 1人分 - 830kcal たんぱく質 27.0~41.5g 脂質 18.4~27.7g										
* 食物アレルギーなどで食品の確認が必要な場合は、学校にお問い合わせください。										

○富士市では、国のアレルギー表示基準に基づき、下記の28食品を『アレルギー』欄に記載します。

卵 乳 小麦 そば 落花生 えび かに くるみ あわび いか いくら オレンジ キウイフルーツ 牛肉 さけ
さば 大豆 鶏肉 豚肉 マカダミアナッツ もも やまいも りんご セラチン パナナ カシューナッツ ごま アーモンド

* しょうゆ・みそ・酢・大豆油・ごま油・削り節などは、アレルギー症状を起こしにくいいため、アレルギーを表示しません。

日	献立名	アレルギー	主に体の組織をつくる		主に体の調子を整える		主にエネルギーになる		その他の食品	エネルギー(1食分) たんぱく質(kcal) 脂質(g)
			たんぱく質	無機質	カロテン	ビタミンC・食物繊維	炭水化物	脂質		
18 (火)	牛乳	乳		牛乳						733
	ごはん						ごはん			26.1
	揚げ出し豆腐の肉みそかけ ゆかり和え のっぺい汁	大豆 小麦 豚肉 小麦 鶏肉 大豆	鶏肉 大豆	鶏肉 油揚げ	葉ねぎ しそ ごまつな にんじん	たまねぎ キャベツ だいこん ごぼう こんにゃく しいたけ	砂糖 油 ごま	酒 しょう油 塩 鰯削り節 酒 しょうゆ みりん		22.2
19 (水)	牛乳	乳		牛乳						737
	食パン メイプルジャム	(パン)小麦 乳					パン ジャム			33.3
	けんちんうどん 大豆の甘辛揚げ ネーブル	鶏肉 小麦 大豆 小麦 オレンジ	鶏肉 大豆	鶏肉 油揚げ 大豆 煮干し	にんじん 葉ねぎ	だいこん ごぼう しいたけ ネーブル	うどん さといも 砂糖 でん粉 油 ごま	鰯削り節 塩 しょうゆ みりん しょうゆ みりん	24.4	
20 (木)	牛乳	乳		牛乳						749
	ごはん						ごはん			30.3
	鶏みそおでん 白菜のごまびたし	卵 大豆 鶏肉	鶏肉	あつあげ うずら卵 鶏肉 卵ポール ちくわ みそ かつおぶし	ごんぶ にんじん ごまつな	だいこん こんにゃく しょうが はくさい	じゃがいも 砂糖 ごま	鰯削り節 酒 塩 みりん しょうゆ しょうゆ 鰯削り節	19.9	
21 (金)	牛乳	乳		牛乳						760
	九州ラーメン	小麦					中華麺			38.0
	賞味団子	豚肉 ゼラチン 鶏肉 小麦 豚肉	焼豚	豚肉	にんじん ごまつな	キャベツ だけのこと 根菜ねぎ きくらげ しょうが にんにく 根菜ねぎ しょうが しいたけ	ごま もち米 でん粉 砂糖	鰯削り節 ガラスープ 鰯削り節 白豚湯 酒 塩 しょう油 酒 しょうゆ 塩 しょう油	21.7	
25 (火)	牛乳	乳		牛乳						750
	*ふるさと給食の日 ごはん						ごはん			30.6
	いか団子 はくさいとほうれん草のおひたし ひらたけと豆腐のみそ汁	いか 小麦 大豆	いか	かつおぶし 豆腐 みそ 油揚げ	にんじん ほうれん草	たまねぎ しいたけ しょうが はくさい ひらたけ 根菜ねぎ	小麦粉 油 砂糖 でん粉	塩 しょうゆ 酒 酢 しょうゆ 鰯削り節	23.2	
26 (水)	牛乳	乳		牛乳						748
	ポークカレー	豚肉 鶏肉 りんご 小麦 大豆 乳	豚肉	豚肉	にんじん	たまねぎ りんご しょうが にんにく	ごはん じゃがいも 油 カレールー	塩 しょう油 ブイオン ケチャップ チョップネ ソース	26.9	
	コーンスローサラダ				にんじん	キャベツ コーン いちご	ドレッシング	塩	20.9	
27 (木)	牛乳	乳		牛乳						730
	ピピンパ (肉と野菜の炒めもの) (大根とにんじんのナムル)	牛肉 豚肉 ごま	牛肉 豚肉		ほうれん草 にんじん	だいこん	ごはん 砂糖 でん粉 油 ごま油	塩 しょう油 酒 しょうゆ 塩 酢	30.5	
	わかめスープ 型抜きレアチーズ(いちご)	豚肉 鶏肉 卵 乳	卵	わかめ	葉ねぎ たまねぎ	たまねぎ	でん粉	鰯削り節 しょう油 酒 しょうゆ 塩 ガラスープ	22.0	
28 (金)	牛乳	乳		牛乳						709
	黒糖パン	(パン)小麦 乳					黒糖パン			31.0
	白菜と肉団子の クリームスープ ピーンズサラダ ヨーグルト	豚肉 鶏肉 小麦 乳 大豆 乳 ゼラチン	豚肉	豚肉 ベーコン 脱脂粉乳 ヨーグルト	にんじん パセリ にんじん	たまねぎ はくさい マッシュルーム きゅうり コーン	小麦粉 パン粉 油 でん粉 バター ミックスビーンズ ドレッシング	ブイオン しょう油 塩 塩	25.7	

* 学校給食摂取基準(2年生) * 1食分 830kcal たんぱく質 27.0~41.5g 脂質 18.4~27.7g

* 食物アレルギーなどで食品の確認が必要な場合は、学校にお問い合わせください。

1月17日に

ふじっぴー給食とは、令和2年度から毎年2月23日の「富士山の日」の前後に、静岡県でとれる食べ物のよさを知り、地場産物の使用率を高めるために県内の小中学校、特別支援学校で実施している給食のことです。



<今年の富士市のふじっぴー給食>

ごはん

.....静岡県産の「米」を使用

牛乳

.....富士宮市朝霧高原で放牧されている

牛の

新鮮な生乳を使った「牛乳」

黒はんぺんのお茶揚げ

.....「黒はんぺん」は静岡県の特産品

衣には静岡県産の「お茶」を使用

塩もみ野菜

.....富士市の地場産物「キャベツ」を使用