



2月 小学校給食予定献立



平成26年

小学校用献立

室蘭市学校給食センター

北海道室蘭市祝津町3-6-100

TEL:0143-27-2511 FAX:0143-27-2512

日	主食	温食	副食	体をつくる	エネルギーになる	体の調子を整える	エネルギー
3(月)	コッペパン	やさいスープ	・ポークやきそば ・いちごジャム	ぎゅうにゅう ベーコン ぶたにく	コッペパン いちごジャム じゃがいも やきそば	ほうれんそう キャベツ・にんじん たまねぎ・パセリ	550 604 663
		せつぶんメニュー					
4(火)	ごはん	いももちじる	・ぶたにくいため ・せつぶんまめ	ぎゅうにゅう・みそ なると・ぶたにく とりにく	ごはん・でんぶん さとう・いももち はるさめ・ごまあぶら	だいこん・にんじん たけのこ・ながねぎ ピーマン・にんにく しょうが・もやし	596 651 709
5(水)	ごはん	とりにくとだいこんの ピリからに	・はるまき	ぎゅうにゅう とりにく えだまめじゃこボール	ごはん・ごまあぶら こんにやく・あぶら さとう・はるまき	ごぼう・たけのこ だいこん・しょうが にんじん	607 658 700
6(木)	りんごパン	ポテトとウインナーの ジャーマンふう	・チキンナゲット(2こ)	ぎゅうにゅう ウインナー チキンナゲット	りんごパン・あぶら じゃがいも バター	コーン・にんにく ブロッコリー たまねぎ・しめじ にんじん・パセリ	637 707 785
7(金)	ごはん	ハヤシライス	・ようなしかん	ぎゅうにゅう ぶたにく なまクリーム	ごはん あぶら バター	たまねぎ・グリビース トマト・マッシュルーム・なし にんじん・にんにく	676 740 802
		旬の「かぶ」が入っています。					
10(月)	コッペパン	ベーコンとかぶの クリームに	・イカリングフライ(2こ) ・ピーナッツジャム	ぎゅうにゅう ベーコン イカリングフライ	コッペパン・あぶら ピーナッツジャム バター	たまねぎ・はくさい マッシュルーム・パセリ えだまめ・コーン にんじん・かぶ	611 671 732
12(水)	メロンパン	陣屋小 5・6年A班 リクエスト給食 シーフードスパゲティ	・やさいコロッケ	ぎゅうにゅう ほたて いか	やさいコロッケ スパゲティ メロンパン オリーブゆ・あぶら バター	マッシュルーム・にんにく たまねぎ・にんじん トマト・パセリ	710 731 752
		「ハート」のかたちのコロッケです。					
13(木)	ごはん	はっぼうさい	・ミートボール(2こ)	ぎゅうにゅう・ミートボール うずらのたまご ぶたにく・いか	ごはん・あぶら でんぶん ごまあぶら	たまねぎ・たけのこ にんじん・しょうが はくさい	643 702 756
14(金)	ごもごはん	旭ヶ丘小 5年2組4班 リクエスト給食 おでん	・さばのみそに	ぎゅうにゅう・ちくわ うずらのたまご さつまあげボール こんぶ・さばのみそに	ごもごはん こんにやく さとう	にんじん だいこん しいたけ	599 654 700
17(月)	ごはん	ごもくまめに	・てんしん	ぎゅうにゅう・だいず とりにく・なると・あつあげ てんしん(たまご)	ごはん・あぶら こんにやく さんおんどう	にんじん・たけのこ ごぼう えだまめ	560 612 662
18(火)	とうもろこしパン	白鳥台小 5年1組6班 リクエスト給食 やさいラーメン	・ちくわいそべあげ ・ヨーグルト	ぎゅうにゅう・ヨーグルト ぶたにく・わかめ・みそ うずらのたまご ちくわいそべあげ	あぶら とうもろこしパン チーズ・ごまあぶら	キャベツ・もやし・コーン しょうが・ながねぎ たけのこ にんにく・にんじん	586 655 720
19(水)	ごはん	ちゅうかすいとん	・キムチやきにく	ぎゅうにゅう とりにく ぶたにく	ごはん しらたまもち ごまあぶら	しょうが・はくさい・もやし キャベツ・ピーマン にんじん・たけのこ ながねぎ	554 611 663
20(木)	ミルクパン	だいずとウインナーの トマトに	・かぼちゃあげ(2こ)	ぎゅうにゅう だいず・なまクリーム ウインナー	ミルクパン・オリーブゆ さとう・じゃがいも バター・あぶら	えだまめ・マッシュルーム にんにく・かぼちゃ たまねぎ・ブロッコリー にんじん・トマト	641 713 790
21(金)	ごはん	マーボー豆腐	・えびしゅうまい(2こ)	ぎゅうにゅう とうふ・えびしゅうまい ぶたにく	ごはん でんぶん さとう	にら・しょうが ながねぎ しいたけ	608 665 717
24(月)	こどうパン	やさいのクリームスープ	・さけフライ	ぎゅうにゅう ベーコン さけフライ	こどうパン・あぶら バター じゃがいも	たまねぎ・マッシュルーム ブロッコリー コーン・にんじん	606 656 730
25(火)	わかめごはん	八丁平小 5年1組5班 リクエスト給食 うどん	・やさいかきあげ ・みかんゼリー	ぎゅうにゅう・とりにく あぶらあげ かまぼこ	わかめごはん・あぶら うどん・さとう・ゼリー やさいかきあげ	にんじん・みかん ながねぎ ごぼう	593 636 697
26(水)	コッペパン	ポトフ	・テリヤキハンバーグ ・チョコクリーム	ぎゅうにゅう テリヤキハンバーグ ベーコン ウインナー	コッペパン じゃがいも チョコクリーム	キャベツ・たまねぎ コーン・ブロッコリー にんじん だいこん・しめじ	631 691 756
27(木)	ごはん	すきやきに	・さんまおかかに	ぎゅうにゅう さんまおかかに やきとうふ・ぶたにく	ごはん しらたき さとう	たまねぎ・ながねぎ しゅんぎく・しいたけ えのきたけ	614 671 725
28(金)	ごはん	ポークカレー	・プルプルゼリー	ぶたにく なまクリーム ぎゅうにゅう	ごはん・じゃがいも バター・ゼリー バナナ・ココ	たまねぎ・トマト にんじん・にんにく もも・みかん・パイナップル	714 756 835

	エネルギー	たんぱく質	脂質	塩分
1人当たりの平均摂取栄養価	673kcal	27.4g	23.7g	2.5g

牛乳は毎日つきます。 お子様楽しく食べた給食です。給食費は忘れずに納めましょう。
「はし」は、毎日持ってきてください。(はしは毎日洗いましょう。)
都合により献立の一部を変更する場合があります。
アレルギー等で詳しい献立内容を確認したい場合は給食センター栄養教諭までご連絡ください。
室蘭市の学校給食センターホームページ(アドレス <http://www.city.muroran.lg.jp/main/org9600.html>)
献立表はメールでも配信しております。(アドレス http://www.city.muroran.lg.jp/im/org2260/mail_k.html)
右のQRコードからでも登録ページへ進むことができます。



今月の当日パン

6日

・絵鞆・桜が丘・武揚・地球岬・天沢・大沢

20日

・海陽・高砂・水元・知利別・旭ヶ丘

