

令和5年度 2月分献立表 (中学校)

筑紫野市学校給食共同調理場

月	火	水	木	金
行事食・・・2月3日は節分です。この日には、鬼の嫌ないわしの頭をヒイラギにさして戸口にたてたり、豆をまいたりする習慣があります。 ファイバー献立・・・ブロッコリーには食物繊維がたくさん含まれています。 鉄人献立・・・豆には鉄分がたくさん含まれています。 世界の料理・・・ネパールの料理です。クワティは豆の入ったカレー味のスープ、モモはチベット発祥の肉まんじゅう、サーグタルカリは青菜のソテーです。 地場産献立・・・根深ねぎは筑紫野市近郊でとれたものを使用する予定です。 白ねぎ、長ねぎとも呼ばれています。 選択献立・・・主菜の選択です。肉料理か魚料理かを選びます。 和食の日・・・海に囲まれている日本では、海藻をよく食べる習慣があります。			1 五目ご飯 (麦ご飯 五目ご飯の具) じゃがもちのすまし汁 コロッケ	2 麦ご飯 がんと野菜のうま煮 いわし佃煮 ブロッコリーのごまみそ和え 一食アーモンド入り節分豆 (代)一食さつまいもチップス 【行事食:節分】
5 麦ご飯 豚汁 きびなごカリカリフライ ひじきと大豆の炒め煮	6 麦ご飯 韓国風肉じゃが いかねぎ焼き ナムル りんごタルト	7 ワンローフパン 豆乳クラムチャウダー 鶏肉とレバーのケチャップ煮 ポンカン	8 わかめ麦ご飯 五目うどん いわしのおかか煮 ブロッコリーのごま和え ヨーグルト (代)ぶどうゼリー 【ファイバー献立】	9 雑穀ご飯 クワティ(豆のカレー) モモ(ショーロンポオ) サーグタルカリ(青菜のソテー) 【鉄人献立】 【世界の料理:ネパール】
12 振替休日	13 麦ご飯 みそ汁 さばのごまソースかけ 茎わかめの炒め煮	14 カレードッグ (背割りパン カレードッグの具) ポトフ アーモンドサラダ 一食ミルメークコーヒー	15 麦ご飯 厚揚げの煮物 玉子焼き 切干大根の温サラダ	16 ハヤシライス (麦ご飯) ベーコンポテト オレンジ
19 麦ご飯 おでん あじの塩焼き もやしのごまみそ和え 一食しそひじき	20 麦ご飯 すき焼き 野菜のアーモンド炒め りんご 一食焼きのり 【地場産献立:根深ねぎ】	21 ぶどう食パン ひじきスパゲッティ 肉団子のケチャップ煮 キャベツとコーンのサラダ 一食角チーズ (代)一食いりこ	22 麦ご飯 だご汁 チキンカツ または さばみそホイル 五目きんぴら 【選択献立】	23 天皇誕生日 
26 麦ご飯 野菜スープ ハンバーグデミソースかけ ポテトサラダ	27 麦ご飯 家常豆腐 焼きぎょうざ 中華炒め	28 胚芽食パン ビーンズシチュー ほうれん草オムレツ りんご	29 麦ご飯 高野豆腐の煮物 かつおフライ ほうれん草の香り和え 【和食の日】	

☆材料入荷の都合などにより、献立を変更することがあります。

☆牛乳は毎日あります。

☆献立表裏面の★印については、各学校に配布した資料「令和5年度学校給食で使用する物資一覧(★印表)」に詳しく記載しています。資料につきましては、各学校にお問い合わせください。

☆アレルギー代替食については、(代)で記載しています。

☆裏面のアレルギー表示の※印の表示は、その加工品に※印の食品は含まれていませんが、同じ製造工場で※印の食品を含む加工品が製造されていることを表しています。

☆学年により、主食や副食の量が違うことがあります。

☆食物アレルギーや献立内容などお尋ねになりたいことがありましたら、共同調理場へご連絡ください。TEL923-6466