

# 令和2年度 2月献立表



清瀬市立清瀬第五中学校  
校長 堀内 雅之

曜日	月	火	水	木	金
献立名	1	2	3	4	5
	りんご 肉じゃが 麦ご飯 味噌汁	節分サラダ いわしの かば焼き 田舎汁	フルーツの ヨーグルトかけ 生パスタの 鮭クリームソース ピーズ サラダ	味噌ポテト さばの塩こうじ焼き ごまあえ かてめし 味噌汁	ほうれん草と コーンのサラダ 丸パン むろあじのメンチカツ チンゲン菜の クリームスープ
	★牛乳・豚肉・油揚げ・生わかめ・味噌 ★牛乳・いわし・大豆・ちりめんじゃこ・生揚げ・味噌 ★牛乳・ベーコン・鶏肉・鮭・粉チーズ・生クリーム・青大豆・大豆・ヨーグルト ★牛乳・油揚げ・さば・豆腐・生わかめ・味噌・★たまご	★牛乳・豚肉・鶏肉・豆腐・生揚げ・たら ★牛乳・★いか・ベーコン・刻み海苔・★たまご・生クリーム	★牛乳・ちりめんじゃこ・炊き込みわかめ・わかさぎ・鶏肉・★たまご・粉寒天・生クリーム ★牛乳・鶏肉・大豆・★たまご・味噌・油揚げ	★牛乳・豚肉・★えび・★いか・★うずら卵 ★牛乳・豚肉・★たまご・おかつ削り・油揚げ・豆腐	★牛乳・丸あじ・★たまご・鶏肉・粉チーズ・生クリーム
精白米・精麦・じゃが芋・糸こんにゃく・米油・上白糖 精白米・精麦・こま・でんぷん・米油・上白糖・こんにゃく・じゃが芋	精白米・上白糖・米油・じゃが芋・こんにゃく 精白米・米油・上白糖・里芋	精白米・ごま油・こま・でんぷん・薄力粉・米油・上白糖・春雨 精白米・ごま油・こま・でんぷん・薄力粉・米油・上白糖・春雨	精白米・ごま油・こま・上白糖・じゃが芋・薄力粉・でんぷん・米油	丸パン・パン粉・薄力粉・米油・上白糖	
緑	玉葱・人参・さやいんげん・小松菜・★りんご	生姜・キャベツ・人参・きゅうり・大根・こぼろ・ねぎ	しめじ・玉葱・マッシュルーム(水煮)・人参・キャベツ・きゅうり・みかん缶・パイン缶・黄桃缶	大根・ごぼう・人参・干し椎茸・ねぎ・ほうれん草・★もやし	トマトケチャップ・にんにく・玉葱・ほうれん草・キャベツ・コーン・人参・チンゲン菜
献立名	8	9	10	11	12
	ぼんかん 千草焼き 野菜の生姜風味 ご飯 ちゃんこ汁	みかん ぶりの照り焼き のりあえ ゆかりご飯 豚汁	牛乳かん わかさぎの南蛮漬け ナムル じゃこわかめご飯 中華卵スープ	建国記念の日	チョコレート ケーキ 和風スープ スパゲティ コーンサラダ
	★牛乳・★たまご・鶏肉・豆腐・生揚げ・たら ★牛乳・★いか・ベーコン・刻み海苔・★たまご・生クリーム	★牛乳・★たまご・鶏肉・豆腐・生揚げ・たら ★牛乳・★いか・ベーコン・刻み海苔・★たまご・生クリーム	★牛乳・ちりめんじゃこ・炊き込みわかめ・わかさぎ・鶏肉・★たまご・粉寒天・生クリーム ★牛乳・鶏肉・大豆・★たまご・味噌・油揚げ	★牛乳・豚肉・★えび・★いか・★うずら卵 ★牛乳・豚肉・★たまご・おかつ削り・油揚げ・豆腐	★牛乳・丸あじ・★たまご・鶏肉・粉チーズ・生クリーム
精白米・米油・上白糖・里芋 人参・ほうれん草・ねぎ・キャベツ・きゅうり・生姜・大根・ごぼう・白菜・しめじ・ほうかん	ゆかり粉・生姜・ほうれん草・★もやし・キャベツ・人参・えのきたけ・大根・ごぼう・ねぎ・みかん	ねぎ・★大豆もやし・きゅうり・人参・生姜・玉葱・にら・みかん缶・パイン缶	建国記念の日	スパゲティ・米油・バター・ごま油・上白糖・薄力粉・チップチョコレート にんにく・人参・玉葱・しめじ・パセリ・コーン・キャベツ・きゅうり	
献立名	15	16	17	18	19
	わかめあえ 牛丼 かきたま汁	シーフード サラダ フレンチトースト 花野菜シチュー	ぼんかん 松風焼き おひたし さつま芋ご飯 具だくさん味噌汁	さつま芋のごま団子 野菜の ピリ辛漬け あんかけ焼きそば 2年生 リクエスト献立	おかかあえ ソースカツ丼 けんちん汁
	★牛乳・牛肉・生わかめ・★たまご・豆腐 ★牛乳・生クリーム・脱脂粉乳・★たまご・鶏肉・粉チーズ・レンズ豆・★えび・★いりか・生わかめ	★牛乳・生クリーム・脱脂粉乳・★たまご・鶏肉・粉チーズ・レンズ豆・★えび・★いりか・生わかめ	★牛乳・鶏肉・大豆・★たまご・味噌・油揚げ ★牛乳・鶏肉・大豆・★たまご・味噌・油揚げ	★牛乳・豚肉・★えび・★いか・★うずら卵 ★牛乳・豚肉・★たまご・おかつ削り・油揚げ・豆腐	★牛乳・豚肉・★たまご・おかつ削り・油揚げ・豆腐
精白米・精麦・米油・しらたき・三温糖・こま・でんぷん 玉葱・人参・干し椎茸・にら・ほうれん草・キャベツ・えのきたけ・ねぎ	食パン・上白糖・米油・バター・じゃが芋・薄力粉 玉葱・人参・カリフラワー・ブロッコリー・マッシュルーム(水煮)・きゅうり・キャベツ	精白米・もち米・さつま芋・こま・パン粉・薄力粉・里芋・米油 生麦・ねぎ・人参・干し椎茸・ほうれん草・キャベツ・白菜・ごぼう・ほうかん	蒸し中華麺・米油・上白糖・ごま油・でんぷん・さつま芋・白玉粉・三温糖・こま 人参・玉葱・白菜・にんにく・生姜・チンゲン菜・きゅうり・大根	精白米・薄力粉・こま・パン粉・米油・三温糖・里芋・こんにゃく キャベツ・ほうれん草・白菜・★もやし・人参・大根・ごぼう・ねぎ	
献立名	22	23	24	25	26
	りんごかん 鶏肉と里芋の煮物 麦ご飯 ひじきのふりかけ 味噌汁	天皇誕生日	学年末考査	学年末考査	いちご 冬野菜の カレーライス 海藻サラダ
	★牛乳・ひじき・おかつ削り・糸削り・鶏肉・豆腐・油揚げ・味噌・粉寒天 精白米・精麦・米油・ごま・上白糖・里芋・こんにゃく・三温糖	★牛乳・豚肉・粉チーズ・レンズ豆・海藻ミックス 精白米・精麦・じゃが芋・米油・薄力粉・バター・上白糖・ごま油	今月の清瀬の野菜	今月の清瀬の野菜	★牛乳・豚肉・粉チーズ・レンズ豆・海藻ミックス 精白米・精麦・じゃが芋・米油・薄力粉・バター・上白糖・ごま油
生姜・大根・人参・たけのこ(水煮)・ごぼう・干し椎茸・さやいんげん・ねぎ・りんご果汁	今月の清瀬の野菜	今月の清瀬の野菜	今月の清瀬の野菜	生麦・にんにく・玉葱・人参・カリフラワー・ブロッコリー・大根・トマトケチャップ・キャベツ・きゅうり・★いちご	
献立名	日付	食べて応援!			お知らせ
	エネルギー・たんぱく質 脂質・食塩相当量	新型コロナウイルス感染症拡大の影響により、国産の魚や肉などの消費が減少しています。生産者やそれにかかわる方々を応援するため、給食でおいしくいただきますよ。 ◎アレルギー等ご心配があるときは、学校までお知らせください。 2月9日(火)・ぶりの照り焼き(高知県産ぶり) 2月15日(月)・牛丼(国産牛肉)			8月に配布しました年間行事予定表 第二版(令和2年8月)に記載している☆(給食あり)が変更になりました。 ・2月13日(土) ☆(給食あり) → 給食なし
	皿 小皿 椀 丼	※アレルギー食品には、★を表示しています。 ◎1人分の量を守って、おいしく食べましょう。			
赤	血や肉になる				
黄	熱や力のもとになる				
緑	体の調子を調える				

※①材料の都合により、献立を変更する場合があります。  
 ②食材については、果物以外すべて加熱しています。  
 ③ドレッシング類は別配食の形になります。

※アレルギー食品には、★を表示しています。

◎1人分の量を守って、おいしく食べましょう。