

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 ★牛乳・★いか・ベーコン・刻み海苔・★たまご・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 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 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	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・こぼろ・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	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 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	大根・こぼろ・人参・干し椎茸・ねぎ・ほうれん草・★もやし 人参・玉葱・白菜・にんにく・生姜・チンゲン菜・きゅうり・大根	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	
	★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	
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・こぼろ・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・こぼろ・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	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 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	スバゲティ・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・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・★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 生姜・ねぎ・人参・干し椎茸・ほうれん草・キャベツ・白菜・こぼろ・ぼんかん	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・こぼろ・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	
	★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	今月の清瀬の野菜 人参、ほうれん草、白菜、キャベツ、きゅうり、大根		学年末考査	
生姜・大根・人参・たけのこ(水煮)・こぼろ・干し椎茸・さやいんげん・ねぎ・りんご果汁 エネルギー・たんぱく質 脂質・食塩相当量	食べて応援！ 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)		学年末考査		
赤	血や肉になる		お知らせ 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		
黄	熱や力のもとになる		※アレルギー食品には、★を表示しています。		
緑	体の調子を調える		◎1人分の量を守って、おいしく食べましょう。		

※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。