

令和2年度2月分予定献立表

佐賀県立鳥栖工業高等学校

日(曜)	献立名	主に体の組織をつくる (赤色のグループ)	主に体の調子を整える (緑色のグループ)	主にエネルギーになる (黄色のグループ)	調味料・その他	エネルギー (kcal)	アレルギー表示
							エビ・カニのみ表示
1(月)	牛乳 イカときのこのパスタ サラダ りんごのケーキ	牛乳				850	
		イカ	たまねぎ しめじ エリンギ 椎茸	スパゲティ オリーブ油	塩 こしょう コンソメ		
		しらす干し	大根 にんじん きゅうり コーントマト		酢 醤油		
		牛乳 たまご	りんご 干しブドウ	油 小麦粉	ベーキングパウダー シナモン		
2(火)	牛乳 サラダ巻き おかか煮 鯛のお吸い物 福豆	牛乳 かに棒 たまご のり	きゅうり レタス	精白米 強化米 麦 砂糖 油	塩 酢 マヨネーズ	864	
			れんこん	こんにゃく 油	醤油 酒 みりん かつお節		
		鯛	ねぎ	片栗粉	薄口醤油 酒 かつお節 昆布 塩		
		福豆					
4(木)	牛乳 ほうれんそうときのこのキッシュ つけあわせ 大根のべっこう煮 みそ汁	牛乳		精白米 強化米 麦		848	
		たまご ベーコン チーズ 牛乳	ほうれん草 たまねぎ えのき しめじ 椎茸	バター 砂糖	塩 こしょう		
		牛肉	大根 にんじん オレンジ	油 砂糖 じゃがいも	醤油 酒 みりん		
		厚揚げ みそ わかめ	たまねぎ えのき ねぎ		平子		
5(金)	牛乳 麦ごはん 鶏肉のママレードソースかけ ゆで野菜 五目豆 オニオンスープ	牛乳		精白米 強化米 麦		900	
		鶏肉	にんにく	ママレード 油 片栗粉	塩 こしょう 酒 醤油		
		昆布 大豆 鶏肉	キャベツ にんじん コーン もやし れんこん ごぼう	砂糖 油	醤油 酒		
		ベーコン	たまねぎ にんじん インゲン 椎茸		塩 こしょう 醤油 コンソメ スープ		
8(月)	牛乳 麦ごはん グラタン 炒め煮 カレースープ	牛乳		精白米 強化米 麦		864	
		鶏肉 ベーコン 牛乳 チーズ	たまねぎ にんじん パセリ	小麦粉 マカロニ マーガリン パン粉	塩 こしょう スープ		
		牛肉	白菜 えのき 春菊 にんじん	こんにゃく 油 砂糖	醤油 酒		
		鶏肉	キャベツ たまねぎ しめじ	じゃがいも	カレールー 塩 こしょう スープ		
9(火)	牛乳 麦ごはん かんぱちの西京焼 かわりなます ゆで野菜 豚汁	牛乳		精白米 強化米 麦		867	
		かんぱち みそ		砂糖	酒 みりん		
		油揚げ	大根 にんじん きゅうり 椎茸 キャベツ もやし コーン	しらたき ごま 砂糖	塩 醤油 ドレッシング		
		豚肉 厚揚げ みそ	大根 にんじん ごぼう しめじ ねぎ	さつまいも こんにゃく 油	平子		
10(水)	牛乳 麦ごはん しゅうまい ゆで野菜 大根とあさりの煮物 みそ汁	牛乳		精白米 強化米 麦		821	
		豚肉 魚のスリミ たまご	たまねぎ キャベツ にんじん もやし	しゅうまいの皮 片栗粉 ごま油	酢 醤油 塩 こしょう 酒 からし		
		あさり	大根	砂糖 油	醤油 酒 みりん		
		みそ	しめじ 春菊	さといも	平子		
12(金)	牛乳 麦ごはん ポークカレー ツナサラダ みかんゼリー	牛乳		精白米 強化米 麦		905	
		豚肉	たまねぎ にんじん エリンギ グリンピース りんご にんにく	油 じゃがいも	カレールー 醤油 塩 こしょう ソース スープ		
		ツナ	大根 にんじん キャベツ きゅうり コーン	ごま	醤油 酢		
		みかんジュース		ゼリーの素			
15(月)	牛乳 麦ごはん 千草焼き ビーフン炒め 酢の物 みそ汁	牛乳		精白米 強化米 麦		818	
		たまご 魚肉ソーセージ 牛乳 豚肉 かまぼこ	ミックスベジタブル キャベツ にんじん たまねぎ ビーマン	じゃがいも ビーフン 油	塩 こしょう ケチャップ 薄口醤油		
		しらす干し わかめ	キャベツ きゅうり 生姜	砂糖 ごま	酢		
		油揚げ みそ	かぼちゃ にんじん しめじ ねぎ		平子		
16(火)	牛乳 麦ごはん 煮魚 ポテトサラダ さつまい	牛乳		精白米 強化米 麦		868	
		鯖	生姜 にんじん インゲン	こんにゃく 砂糖	酒 みりん 醤油 薄口醤油		
		焼き豚	きゅうり にんじん コーン レタス	じゃがいも 砂糖	マヨネーズ 酢		
		鶏肉 みそ	にんじん 大根 ごぼう 椎茸 ねぎ	さつまいも	平子		
17(水)	牛乳 チャーハン 揚げ餃子 サラダ たまごスープ	牛乳 焼き豚 たまご	たまねぎ にんじん グリンピース	精白米 強化米 麦 油	塩 こしょう 醤油	840	
		ぎょうざ		油			
		塩昆布	キャベツ きゅうり にんじん	アーモンド	ドレッシング		
		たまご	しめじ えのき ねぎ		塩 こしょう スープ コンソメ		

日(曜)	献立名	主に体の組織をつくる (赤色のグループ)	主に体の調子を整える (緑色のグループ)	主にエネルギーになる (黄色のグループ)	調味料・その他	エネルギー (kcal)	アレルギー表示
							エビ・カニのみ表示
18 (木)	麦ごはん 牛乳 コロケ ゆで野菜 牛肉とごぼうのしぐれ煮 みそ汁	牛乳 牛肉 豚肉 たまご	たまねぎ にんじん キャベツ ヤングコーン ブロッコリー	精白米 強化米 麦 じゃがいも パン粉 小麦粉 油	塩 こしょう ソース ケチャップ ドレッシング 醤油 酒 平子	862	
19 (金)	麦ごはん 牛乳 タンダーチキン ソテー ポークビーンズ 野菜スープ	牛乳 鶏肉 ヨーグルト	たまねぎ にんにく ほうれん草 コーン	精白米 強化米 麦 油 マーガリン	塩 こしょう カレー粉 塩 こしょう ケチャップ ソース 塩 コンソメ 塩 薄口醤油 スープ	737	
22 (月)	麦ごはん 牛乳 親子丼 ごま和え だご汁 フルーツ	牛乳 鶏肉 たまご かまぼこ	たまねぎ にんじん ねぎ 椎茸 ほうれん草 もやし 春菊	精白米 強化米 麦 油 片栗粉 ごま 砂糖	醤油 酒 みりん かつお節 昆布 醤油	780	
24 (水)	チキンライス 牛乳 さつまいもサラダ 肉団子のスープ	牛乳 鶏肉 チーズ	たまねぎ にんじん マシュルーム グリンピース きゅうり りんご	精白米 強化米 麦 油 さつまいも 春雨 ごま油 片栗粉	ケチャップ 塩 こしょう マヨネーズ こしょう 塩 こしょう 薄口醤油 平子	820	
25 (木)	麦ごはん 牛乳 鯛のムニエル つけあわせ 白菜の煮物 コーンスープ	牛乳 鯛 牛乳 イカレモン味 たまご	ブロッコリー 白菜 にんじん	精白米 強化米 麦 小麦粉 マーガリン こんにゃく 油 砂糖	塩 こしょう マヨネーズ ケチャップ 醤油 酒 みりん 塩 こしょう 薄口醤油 スープ	893	
26 (金)	麦ごはん 牛乳 佐賀牛ハンバーグジャポネソースかけ ゆで野菜 ひじき煮 ミネストローネ	牛乳 牛肉 豚肉 たまご 牛乳	たまねぎ りんご にんじん ごぼう キャベツ もやし コーン	精白米 強化米 麦 パン粉 油 こんにゃく 砂糖 じゃがいも 油	ナツメグ 醤油 酢 塩 こしょう 醤油 酒 塩 こしょう コンソメ ケチャップ スープ	933	

節分



節分は、もともと立春、立夏、立秋、立冬の前日のことでしたが、今では立春の前日のことだけをいうようになりました。節分にいり豆を年の数や年にひとつ足した数を食べると1年を元気にすごすことができるといわれています。豆まきや、柗の枝に焼いたいわしの頭をさした「やいかがし」には、鬼（病気や災い）を追いはらうという意味があります。

●2月26日の給食は『佐賀牛ハンバーグ』です。佐賀県農林水産部畜産課から、佐賀牛のミンチの提供があったためです。

●2月1日の給食は『イカときのこのパスタ』、2月2日は『鯛のお吸い物』、2月9日は『かんぱちの西京漬け』、2月25日は『鯛のムニエル』です。佐賀県農林水産部水産課から提供があったためです。

