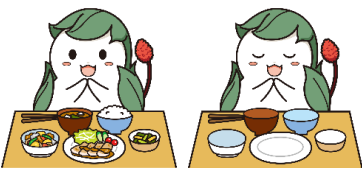




第一幼稚園・殖蓮幼稚園・宮郷幼稚園・名和幼稚園  
名和小学校・坂東小学校・宮郷第二小学校・第二中学校・第四中学校



伊勢崎市第二学校給食調理場

日		献立名			主 な 材 料 名						栄養価			
					体をつくる ＜あか＞		体のちょうしをととのえる ＜みどり＞		ねつや力のもとになる ＜きいろ＞		エネルギー (kcal)	たんぱく 質 (g)		
					たんぱく質	無機質	カロテン	ビタミン・食物繊維	炭水化物	脂質				
2	月	ごはん	牛乳	◆二色そばろ ごま昆布あえ かみなり汁	とり肉 たまご みそ	だいす 豆腐 昆布	にんじん	しょうが キャベツ こんにゃく ごぼう	もやし だいこん ねぎ	ごはん さとう じゃがいも	油 ごま ごま油	622 802	25.9 32.5	
3	火	チョコチップ パン	牛乳	◆スパゲッティナポリタン チーズ入りブロッコリーサラダ (和風クリーミー) コンソメスープ	ベーコン	牛乳 チーズ	にんじん ピーマン パセリ ブロッコリー	たまねぎ キャベツ	きゅうり コーン	チョコチップパン スパゲッティ じゃがいも	油 ドレッシング	611 809	21.7 27.4	
4	水	● わかめごはん	牛乳	行事食～節分～ いわしのカレーメンチ 小松菜のごまあえ けんちん汁 福豆	いわし いか だいす	たら 豆腐	牛乳 わかめ	こまつな にんじん	だいこん ごぼう こんにゃく	もやし ねぎ	ごはん さとう さといも パン粉	油 ごま ごま油	624 788	23.9 28.3
5	木	ロールパン	牛乳	●チキンのチーズ焼き ●かんてんサラダ(和風) ミネストローネ	とり肉 ベーコン	牛乳 チーズ かんてん麺	にんじん トマト	きゅうり たまねぎ だいこん	キャベツ コーン セロリー	ロールパン じゃがいも マカロニ	油 ドレッシング	617 800	27.4 35.1	
6	金	ごはん	牛乳	だいす入りハヤシライス ごまツナサラダ いちごタルト	まぐろ ぶた肉 だいす	牛乳 生クリーム	こまつな にんじん トマト	キャベツ にんにく たまねぎ	レモン しめじ いちご	ごはん さとう タルト	油 ごま	735 911	23.2 28.2	
9	月	● ゆでめん	牛乳	●きなこ揚げパン はくさいのおかかあえ かきたまうどん汁	きなこ かつおぶし たまご	油揚げ	にんじん こまつな	はくさい たまねぎ	もやし ねぎ	ゆでめん さとう コッペパン かたくりこ	油	638 780	23.2 27.7	
10	火	ごはん	牛乳	かみかみ献立～上州きんぴら～ とうふハンバーグのおろしソースかけ ◆上州きんぴら いものこ汁	豆腐 ぶた肉 さつま揚げ みそ	とり肉 油揚げ	牛乳	にんじん いんげん	だいこん ごぼう こんにゃく ねぎ	ごはん さとう さといも かたくりこ	油	600 769	26.8 32.6	
12	木	こめっこばん	ジョア ブルー ベリー	ハートコロッケ ●こんにゃくサラダ(和風) 白菜のクリームシチュー	とり肉	ジョア 牛乳	にんじん パセリ	キャベツ きゅうり こんにゃく	はくさい たまねぎ しめじ	こめっこばん さつまいも パン粉 じゃがいも	油 ドレッシング	621 767	21.6 27.3	
13	金	ごはん	牛乳	焼き上州ぎょうざ(2個) ◆しらたきのチャプチェ キムチチゲ	ぶた肉 豆腐 みそ	牛乳	にんじん ピーマン にら	しらたき だいこん 白菜キムチ	しいたけ しょうが ねぎ	ごはん さとう ぎょうざのかわ	油 ごま ごま油	600 784	24.2 30.3	
16	月	パーカー ハウス	牛乳	ハムカツのソースかけ コールスローサラダ ●ABCスープ ●豆乳プリン	ハム ベーコン うすら卵	牛乳	にんじん	キャベツ はくさい	コーン たまねぎ	パーカーハウス マカロニ パン粉 豆乳プリン	油 ドレッシング	655 821	27.4 33.4	
17	火	ごはん	牛乳	さばのみそ煮 ごま昆布あえ いせさきなら豚汁	さば ぶた肉	みそ 豆腐	牛乳 昆布	にんじん にら	キャベツ もやし こんにゃく	だいこん ごぼう ねぎ	ごはん さといも	油 ごま ごま油	592 771	29.2 37.5
18	水	ごはん	牛乳	◆豚肉のキムチ炒め うま塩キャベツ ●肉入りワントンスープ	ぶた肉 なると	牛乳	にら にんじん チンゲン菜	白菜キムチ しょうが きゅうり しいたけ	ねぎ キャベツ たまねぎ	ごはん さとう ワントンのかわ	油 ごま油 ドレッシング	596 771	27.5 34.2	
19	木	ごはん	牛乳	山梨県の郷土料理～ほうとう～ さわらの照り焼き ごまマヨネーズあえ ほうとう	さわら 油揚げ	ぶた肉 みそ	牛乳	ほうれん草 にんじん かぼちゃ	キャベツ だいこん しめじ	コーン ねぎ	ごはん さとう ほうとう	油 ごま マヨネーズ	633 814	27.1 33.3
20	金	● 中華めん	牛乳	◆●煮たまご ●春雨サラダ とんこつラーメンスープ コーヒ－牛乳のもと	たまご ぶた肉 なると	牛乳	にんじん にら	きゅうり たまねぎ しょうが	もやし にんにく ねぎ	中華めん はるさめ さとう コーヒ－牛乳のもと	油 ごま油	608 776	27.9 33.9	
24	火	ごはん	牛乳	●とりのからあげ(2個) ●ナムル 大根の中華スープ	とり肉 豆腐 油揚げ	牛乳 わかめ	こまつな にんじん チンゲン菜	しょうが だいこん	にんにく もやし	ごはん さとう かたくりこ	油 ごま ごま油	660 834	24.2 29.0	
25	水	ごはん	牛乳	●チキンカレー チップスサラダ いよかん	とり肉	牛乳	にんじん	キャベツ たまねぎ しょうが いよかん	きゅうり コーン にんにく りんご	ごはん さとう じゃがいも	油	629 802	19.9 24.2	
26	木	ごはん	ジョア フレン	伊勢崎市の伝統食 ～伊勢崎神社コロッケ～ 伊勢崎神社コロッケ ◆こぎつねごはんの具 かぶのみそ汁	とり肉 油揚げ 凍り豆腐	だいす みそ	ジョア あおのり	にんじん こまつな	えだまめ かぶ こんにゃく	ごぼう ねぎ	ごはん さとう じゃがいも	油	621 782	24.0 29.4
27	金	背割れ コッペパン	牛乳	ロングウインナーのケチャップソースかけ ◆焼きスパゲッティ 白菜のあったかとりみスープ	ウインナー ぶた肉 豆腐	牛乳	にんじん ピーマン にら	キャベツ はくさい しょうが	もやし ねぎ にんにく	コッペパン さとう スパゲッティ かたくりこ	油 ごま油	779 801	25.3 30.8	

注意すること

- ▶ 19日(木)のほうとうの「めん」の製造ラインではそばの製造をしています。
- ▶ ◆印はバットに熱いおかずが入るため、運ぶ時に注意してください。
- ▶ 魚類には小骨が残っていることがあるため、注意して食べてください。
- ▶ 献立表には主な材料のみを表示しています。詳しくは、第二学校給食調理場(☎0270-21-9911)まで問い合わせてください。
- ▶ 栄養価欄の数字は、上段が小学校、下段が中学校です。
- ▶ ごはん、パン、めん類、牛乳、ジョア、プリンは、業者が直接学校へ配送します。
- ▶ 献立の内容は使用する材料などの都合により、変更する場合がありますのでご了承ください。

みんなで「あわてずに、よくかんで、ゆっくり食べる！」

今月の伊勢崎産の材料

- ▶ ごはん
- ▶ こまつな
- ▶ はくさい
- ▶ ねぎ
- ▶ にら



リクエストメニュー

●印は、リクエストの  
あったおもな献立です。  
楽しみに待っててね♪



◀献立表・給食だよりは  
伊勢崎市のホームページ  
にも掲載しています

