

令和5年度(2月1日～2月15日)

2月 学校給食献立表

川西養護学校

* 食材の入荷状況により、献立内容を変更することがあります。

日・曜	1日(木)	2日(金)	5日(月)	6日(火)	7日(水)	8日(木)	9日(金)	13日(火)	14日(水)	15日(木)	
献立名	牛乳 白飯 野菜スープ 煮込みハンバーグ だいこんサラダ	牛乳 白飯 じゃがいものみそ汁 大豆とちくわと芋の揚げ煮 もやしのあえもの	牛乳 白飯 かす汁 がんとどきの含め煮 野菜のごまあえ	牛乳 白飯 けんちん汁 まぐろの照り煮	牛乳 白飯 つくね汁 じゃがいも中華炒め	牛乳 白飯 いり大豆ごはん すまし汁 そば煮	牛乳 白飯 味付けのり(韓式) 卵スープ 切干大根のナムル	牛乳 白飯 味付けのり(韓式) 卵スープ 切干大根のナムル	牛乳 白飯 そうめん汁 うの花のいり煮 はくさいのあえもの	牛乳 白飯 わかめスープ 豚キムチ りんごかん	牛乳 白飯 たまねぎのみそ汁 鶏肉のゆずソースかけ きやべつのあえもの
材料名および使用量(g)	牛乳 1本 精白米 75 水 113 ベーコン 5 はくさい 40 ホールコーン(冷) 20 にんじん 15 ほうれんそう 5 しょうゆ(淡) 2 ぶどう酒(白) 1 塩 0.6 こしょう(白) 0.02 ガーリック 0.02 鶏手羽先(だし用) 15 にんじん(だし用) 0.5 たまねぎ(だし用) 0.5 ペーリーフ 0.03 水 120 ハンバーグ(冷) 1 たまねぎ 7 米油 1 ケチャップ 8 ぶどう酒(赤) 3 ソース(ウスター) 2 水 20 だいこん 40 しょうゆ(淡) 1 米油 0.5 酢 0.5 さとう(三温) 0.1	牛乳 1本 精白米 75 水 113 じゃがいも 20 豆腐(冷) 20 油あげ(冷) 5 わかめ(乾) 0.5 にんじん 15 つきこんにやく 15 葉ねぎ 5 みそ(赤) 9 けずりふし(だし用) 2 煮干し(だし用) 1 大豆(むし) 8 でんぶん 2 ちくわ 20 さつまいも 15 てんぷら油 3 すりごま 1 さとう(三温) 2 しょうゆ(濃) 2 清酒 1 緑豆もやし 35 にんじん 5 ほうれんそう 5 すりごま 2 酢 0.5 さとう(三温) 0.2 辛子 0.03	牛乳 1本 精白米 75 水 113 豚肉(細切) 10 油あげ(冷) 5 だいこん 20 にんじん 15 つきこんにやく 10 さといも 20 葉ねぎ 5 酒かす 6 みそ(赤) 8 しょうゆ(淡) 1 煮干し(だし用) 1 けずりふし(だし用) 1 水 120 がんとどき(揚げ・冷) 1 まぐろ(角・冷) 30 でんぶん 6 じゃがいも 20 にんじん 15 てんぷら油 8 さとう(三温) 1.5 しょうゆ(濃) 1.5 みりん 0.5 水 5	牛乳 1本 精白米 75 水 113 豆腐(冷) 20 だいこん 15 さといも 15 にんじん 10 ごぼう(ささがき) 10 つきこんにやく 10 れんこん 5 葉ねぎ 5 ごま油 1 しょうゆ(淡) 4 しょうゆ(濃) 1 にんじん 15 葉ねぎ 5 みそ(赤) 9 けずりふし(だし用) 1 水 120 まぐろ(角・冷) 30 でんぶん 6 じゃがいも 20 にんじん 15 てんぷら油 8 さとう(三温) 1.5 しょうゆ(濃) 1.5 みりん 0.5 水 5	牛乳 1本 精白米 75 水 113 鶏挽肉(細) 25 たまねぎ 5 *鶏卵 3 にんじん 5 しょうが 0.8 パン粉 3 でんぶん 1 しょうゆ(濃) 0.5 清酒 0.5 はくさい 15 にんじん 15 たまねぎ 10 えのきだけ 10 みつば 3 しょうゆ(淡) 4 清酒 1 塩 0.2 にんじん 2 ごま油 0.5 しょうゆ(濃) 2 さとう(三温) 0.8 清酒 0.5 水 8	牛乳 1本 精白米 75 水 113 いり大豆 3 油あげ(冷) 3 *鶏卵 3 にんじん 5 干し椎茸(スライス) 0.5 しょうゆ(淡) 7 清酒 5 水 93 豆腐(冷) 25 わかめ(乾) 0.5 にんじん 15 たまねぎ 10 えのきだけ 10 みつば 3 しょうゆ(淡) 4 清酒 1 塩 0.2 にんじん 2 ごま油 0.5 しょうゆ(濃) 2 さとう(三温) 0.8 清酒 0.5 水 8	牛乳 1本 精白米 75 水 113 味付けのり(韓式) 1袋 *鶏卵 20 えび(80~120・冷) 10 清酒 1 たまねぎ 20 にんじん 15 干し椎茸(スライス) 0.5 葉ねぎ 5 しょうゆ(淡) 4 清酒 1 けずりふし(だし用) 2 こんぶ(だし用) 0.5 水 130 おから(冷) 15 鶏肉(若5) 5 はくさいキムチ 2 つきこんにやく 3 しょうが(だし用) 0.3 にんにく(だし用) 0.2 こんぶ(だし用) 0.5 水 120 切干大根 4 糸かまぼこ(冷) 3 米油 3 にんじん 5 ほうれんそう 5 にんにく 0.1 米油 0.5 ごま油 0.4 しょうゆ(淡) 1.6 酢 0.8	牛乳 1本 精白米 75 水 113 そうめん 10 えび(80~120・冷) 10 清酒 1 油あげ(冷) 5 にんじん 15 葉ねぎ 5 しょうゆ(淡) 4 清酒 1 けずりふし(だし用) 2 こんぶ(だし用) 0.5 水 130 おから(冷) 15 鶏肉(若5) 5 はくさいキムチ 2 つきこんにやく 3 しょうが(だし用) 0.3 にんじん 3 葉ねぎ 2 干し椎茸(スライス) 0.2 米油 0.5 さとう(三温) 2 清酒 0.5 塩 0.1 こしょう(白) 0.01 けずりふし(だし用) 1 水 15 はくさい 55 しょうゆ(淡) 1 酢 0.5 さとう(三温) 0.2	牛乳 1本 精白米 75 水 113 わかめ(乾) 0.6 貝柱(冷) 20 清酒 1 にんじん 15 たまねぎ 15 しょうゆ(淡) 4 清酒 1 こしょう(白) 0.02 ガーリック 0.02 煮干し(だし用) 1 こんぶ(だし用) 0.5 水 120 はくさいキムチ 5 豚肉(細切) 30 緑豆もやし 15 きやべつ 5 にら 2 ごま油 0.5 しょうゆ(濃) 1 清酒 0.5 塩 0.1 こしょう(白) 0.01 りんご果汁 25 寒天(フレーク) 0.6 さとう(上白) 5 水 25	牛乳 1本 精白米 75 水 113 たまねぎ 20 豆腐(冷) 20 油あげ(冷) 5 わかめ(乾) 0.5 にんじん 15 たまねぎ 15 葉ねぎ 5 みそ(赤) 9 けずりふし(だし用) 2 煮干し(だし用) 1 水 120 鶏肉(若10) 5 でんぶん 5 てんぷら油 8 ゆず 0.6 さとう(三温) 2 しょうゆ(濃) 2 きやべつ 30 にんじん 15 にんじん 5 しょうゆ(淡) 2 酢 0.5 さとう(三温) 0.2	
		節分の献立		※栄養三色(□○△) ＜食品を栄養素の働きにより、三つに分類しています＞ □…黄色の食品(熱や力のもとになる食品 炭水化物・脂質) ○…赤色の食品(血や肉のもとになる食品 たんぱく質・カルシウム) △…緑色の食品(体の調子をととのえる食品 ビタミン・ミネラル)							学校給食費：1食あたり 250円
エネルギー/たんぱく質	610kcal 23.1g	592kcal 19.2g	597kcal 22.6g	619kcal 21.7g	549kcal 22.3g	554kcal 22.8g	523kcal 21.5g	533kcal 19.3g	539kcal 22.1g	636kcal 24.7g	

節分

立春の前日と決められた行事が節分です。昔は、季節や年の変わり目には、邪気(鬼)が出ると考えられていました。そこで、節分の日には豆まきをして、鬼を追い払うようになりました。また、鬼はいわしのおいが嫌いといわれているため、玄関先に「節分いわし」を飾って家の中に入らないようにする地域もあります。「節分いわし」とは、柊の葉が付いた枝に、焼いたいわしの頭を刺したものです。



関西地方では、節分の夜に、年神様がいらっしゃる方向を向き、話をせずに「恵方巻(えほうまき)」を食べる風習があります。今年の恵方は東北東です。



令和5年度(2月16日～2月29日)

2月 学校給食献立表

川西養護学校

* 食材の入荷状況により、献立内容を変更することがあります。

Table with columns for dates (16日(金) to 29日(木)) and rows for ingredients and their quantities. Includes a '献立名' column and a '材料名および使用量 (g)' column.

兵庫の特産物を知ろう

兵庫県は海の幸 山の幸ともに恵まれた土地です。

2月の給食にも 兵庫県の特産物がたくさんあります。



川西市のホームページでは、給食関連情報を掲載しています。(例：献立表やレシピ集など)

※「*」は、除去食対応日の除去対象食品(鶏卵・うずら卵・マヨネーズ)つけています。 ※「塩」の使用について：献立の材料名欄に記載されていなくても、「ゆで塩」など、味をととのえること等を目的に使用することがあります。

地産地消(ちさんちしょう) 地産地消とは、自分たちが住んでいるところで作られたものや、とれたものを食べることです。地元でとれたものを使うと、フードマイレージが短くなり、輸送に使う燃料の節約になるので、地球環境にもやさしくなります。

小学校・川西養護学校の給食では、地元の生産者の方々のご協力を得て、地産地消の取り組みをすすめています。今年度に学校給食で使用できた川西産の食べ物は 米・きゃべつ・だいこん・さといも・レモン・トマト・いちじく・じゃがいも・たまねぎ などです。川西産の食材を使用できる日は、子ども達も喜んで食べている様子です。

