

令和6年度 2月

予定献立表

船橋市立飯山満中学校

*都合により食材料を変更する場合がありますので、あらかじめご了承ください。

日付	A・B 記入欄	A 献立	エネルギー (Kcal)	タンパク質 (g)	脂質 (%)	食塩相当量 (g)	B 献立	エネルギー (Kcal)	タンパク質 (g)	脂質 (%)	食塩相当量 (g)	備考
3 (月)		大豆とひじきのご飯 ぼらの磯辺揚げ 和風みそサラダ かきたま汁 りんご	797	38.2	32.3	2.9	コッペパン たらのマヨネーズ焼き 甘辛ビーンズ フレンチサラダ 野菜スープ パナナ	820	36.2	36.4	3.0	節分にちなんだ 献立
4 (火)		ご飯 豆腐のオースターソース炒め 野菜チップス 春雨サラダ 茎わかめの中華スープ パナナ	791	27.3	24.7	2.5	ご飯 鶏肉の韓国風照り焼き 五目煮豆 もやしのあえもの 生揚げのみそ汁 カルピスゼリー	804	33.9	31.3	2.6	
6 (木)		ご飯 鯖のごま味噌焼き 太芋いも 納豆和え のっぺい汁 オレンジ	830	32.8	29.3	2.4	ご飯 レバーといもやしモモンソース ひじきの五目煮 もやしとコーンのあえもの 小松菜と玉ねぎのみそ汁 パナナ	795	29.9	22.8	2.4	
7 (金)		豚丼 ポテトのどらやき ごまあえ けんちん汁 りんご	823	31.1	29.7	2.4	食パン りんごジャム 鶏肉と大豆の甘辛め グリーンサラダ かぶのコンソメスープ オレンジ	793	31.5	36.1	3.0	
10 (月)		スパイシーカレードリア 野菜スープ オレンジ	812	29.6	34.4	2.0	ココア揚げパン フレンチサラダ ホワイティチュー りんご	814	27.9	36.9	2.4	
12 (水)		ご飯 豆腐の真砂揚げ のりあえ 豚汁 りんご	794	33.0	29.8	2.7	ご飯 麻婆豆腐 大豆のシャリシャリ揚げ 中華サラダ パインアップルゼリー	873	37.4	31.2	2.8	
14 (金)		ご飯 レバーとじゃがいもの揚げ煮 えのきたけのあえもの 豆腐のごま汁 ココアプリン	798	29.0	27.2	2.2	ソフト麺ミートソース 野菜とわかめのスープ ガトーショコラ	881	33.4	32.4	2.8	バレンタイン 献立
17 (月)		ご飯 ソースとんかつ ふかし芋 キャベツのさっぱりあえ 小松菜のみそ汁 オレンジ	827	28.7	27.5	2.3	親子丼 抹茶ビーンズ その香りあえ 生揚げのみそ汁 りんご	803	34.5	28.8	2.7	
18 (火)		ごま麦ご飯 揚げだし豆腐 磯香和え じゃがいものみそ汁 パナナ	792	27.6	30.2	2.0	ハニーチーズトースト ポークビーンズ わかめサラダ オレンジ	817	36.4	36.2	2.9	3年生給食無
19 (水)		ご飯 ふくさ卵 じゃが芋のきんぴら 野菜のあえもの 豆腐のすまし汁 オレンジ	822	35.4	30.5	2.6	ご飯 たらとさつまいもの甘辛揚げ 辛子あえ ごまみそ汁 パナナ	794	27.6	23.4	2.5	3年生給食無
20 (木)		鶏ごぼうご飯 しやものバリバリ揚げ 小松菜の五目炒め わかめのみそ汁 オレンジ	808	34.4	30.1	2.6	卵サンド ぶりのカレー焼き 人参ドレッシングサラダ 豆腐とわかめのスープ パナナ	807	36.4	41.5	3.3	
21 (金)		ご飯 からくさ焼き きんぴらごぼう 大根のみそ汁 フルーツゼリー	812	30.4	26.6	2.3	きなこ揚げパン 卵とキャベツのソテー こまつなのサラダ ABCスープ ヨーグルト	790	31.1	29.8	2.9	
25 (火)		ポークカレーライス わかめとコーンのサラダ ミルクビーチゼリー	839	28	28.7	1.8	表ご飯 しそチーズ春巻き パンパバンジー 中華風コーンスープ フルーツポンチ	862	27.2	23.7	2.2	
26 (水)		キムチピビンバ ヤンニョムチキン 大根ナムル トックのスープ オレンジ	864	33.8	32	2.8	きつねうどん ししゃもの香り焼き じゃが芋のきんぴら レモンの香りあえ 抹茶蒸しパン	812	33.2	27.6	3.2	
27 (木)		ご飯 揚げぎょうざ(2個) 中華チキンサラダ 中華風スープ パインアップル	868	32.2	31.7	2.4	ツナとチーズのポットサント ポテトサラダ(マヨネーズ味) チキントマトクリームスープ パナナ	790	34.4	38.5	2.6	
28 (金)		赤飯 鶏肉のから揚げ ごま酢あえ すまし汁 デコレーションプリン	805	30.0	31.8	2.0	パンズパン ハンバーグ 青のりポテト ミモザサラダ カレーヌードルスープ デコレーションプリン	832	27.0	37.3	3.0	

*各3年生のリクエリスト給食は献立に下線部がついているものです。

2月分の申込み締切日：11月22日(金)