



# 令和6年 2月 小学校給食献立予定表



蕨市立学校給食センター

日・曜	こんだてめい		のみもの	おもなざいりょうめい			えいようか				
				体をつくる もとなる食品	体のちようしを ととのえる もとなる食品	エネルギーの もとなる食品	調味料	熱量 kcal	たん 白質 g	塩分 g	
1 木	はちみつパン 	チキンナゲット(2こ) さんしょくサラダ ポークビーンズ		牛乳 ぶた肉 とり 肉 だいず	キャベツ にんじん と うもろこし 玉ねぎ	パン 油 さとう じゃ がいも でん粉 パン 粉 小麦粉	コンソメ ケチャッ プ す 塩 こしよ う	639	26.7	2.4	
2 金	すめし  やきのり フラワーロール	たまごやきスティック えほうまきのぐ おにたいじる		牛乳 とり肉 たま ご やきのり あげ ボール かまぼこ	にんじん たけのこ し いたけ きゅうり だい こん 長ねぎ	米 油 さとう	しょうゆ 塩 す	582	24.1	3.3	
5 月		タンドリーチキン こまつなサラダ ポトフ		牛乳 とり肉 ウイ ンナー ヨーグルト	こまつな どうもろこし にんじん キャベツ し めじ	パン 油 さとう じゃがいも	コンソメ 塩 こ しよ う す カレー 粉 ケチャッ プ	585	26.3	2.6	
6 火		☆さばのみそに だいこんサラダ はくさいわふうスープ		牛乳 ぶた肉 さば	だいこん にんじん きゅうり 玉ねぎ はくさ い どうもろこし	米 油 さとう	す うすくちしよ ゆ さとう 塩 み そ こしよ う	635	23.2	2.4	
7 水	A  ☆キムチチャーハン B  かんこくふうトックスープ	イカのたつたあげ ニラともやしのナムル		牛乳 とり肉 いか ぶた肉	にんじん 玉ねぎ キム チ もやし なら	米 麦 油 さと う ごま ごま油 でん粉 トック	す いちみどろが らし 酒 しよ うゆ 塩 こしよ う みそ	631 26.3 2.2 644 25.5 2.3			
8 木	 おこめのガトーショコラ	てりやきハンバーグ キャベツのせんぎり トマトスープ		牛乳 とり肉 ぶた 肉 ベーコン 豆乳	玉ねぎ キャベツ セロ リー にんじん トマト	パン さとう あ ぶら ごま 米粉 パン粉 じゃがい も	コンソメ 塩 こ しよ う しよ うゆ	649	25.4	2.5	
9 金	A  かんこくふうトックスープ B  ☆キムチチャーハン	とりのからあげ ごぼうサラダ		牛乳 とり肉 ぶた肉	にんじん 玉ねぎ キム チ もやし なら ごぼう キャベツ	米 麦 油 さと う ごま ごま油 でん粉 トック	す どうがらし しよ うゆ 塩 みそ こしよ う 酒	694 22.7 2.3 675 23.1 2.2			
13 火		マホツケのいちやまし ひじきサラダ のっぺい汁		牛乳 マホツケ ぶた 肉 ひじき かいそう あぶらあげ	だいこん にんじん どう もろこし しいたけ たけ のこ みつば	米 油 さとう ご ま でん粉 さとい も	す 塩 酒 しよ うゆ	588	24.5	2.7	
14 水		とうふのにくみそあんつつみ わふうサラダ とんでけんちん汁		牛乳 魚すりみ ぶ た肉 とうふ あぶら あげ わかめ	キャベツ にんじん だい こん ごぼう	米 油 さとう さ いとも でん粉 ご ま油	す しよ うゆ 塩	616	22.6	2.7	
15 木		やさいたっぷりキーマカレー ウインナー(2ほん) かいそうサラダ		牛乳 ぶた肉 ウイ ンナー かいそう	セロリー 玉ねぎ にんじん ごぼう しいたけ ビーマ ン だいこん どうもろこし トマト	パン 油 さとう ごま 小麦粉 パ ン粉 じゃがいも	カレー粉 ケ チャッ プ す しよ うゆ コンソメ	679	26.0	3.4	
16 金		ヤンニョムチキン(2こ) きりほしだいこんサラダ わかめスープ		牛乳 とり肉 わかめ	きりほしだいこん にん じん ほうれんそう 長ねぎ トマト	米 油 さとう ごま油 でん粉	す みりん トマト ケ チャッ プ コチュ ジャン しよ うゆ 塩 こ しよ う	643	24.8	2.6	
19 月		キッシュふうオムレツ おやこまめサラダ やさいたっぷりあったかスープ		牛乳 ぶた肉 たま ご だいず ベーコ ン チーズ	えだまめ キャベツ にんじん きゅうり 玉ねぎ ほうれんそ う かぼちゃ ブロッコリー	パン 油 さとう じゃがいも	す コンソメ 塩 こしよ う	659	23.7	3.2	
20 火		アジスタミナづけ ◎ピーマンのきんぴら ぐだくさんとじる		牛乳 アジ ちりめん じゃこ とり肉	れんこん にんじん ビー マン だいこん なら	米 油 さとう ご ま はるさめ でん 粉 ごま油	酒 しよ うゆ 塩	588	26.6	2.3	
21 水	A  やきにくごはん B  ごもくスープ	しょうろんぼう(2こ) あおなのサラダ		牛乳 ぶた肉 とり肉	ほうれんそう もやし に んじん 長ねぎ しいたけ	米 麦 油 さとう ごま油 小麦粉 じゃがいも パン粉	す 塩 こしよ う しよ うゆ コチュ ジャン 酒	708 23.5 2.0 633 24.4 2.4			
22 木		みそラーメン はるまき こんにやくサラダ		牛乳 ぶた肉 なたと わかめ	もやし ちんげんさい と うもろこし 長ねぎ きゅう り にんじん	ちゅうかめん 小麦 粉 ごま さとう 油 ごま油	塩 こしよ しよ うゆ す トク ハンジャン みそ	682	23.3	3.7	
26 月		◎ぜっぴんみそマヨどり ブロッコリーのサラダ はくさいのクリームスープ		牛乳 とり肉 ぶた肉 ベーコン スキムミルク	ブロッコリー どうもろこし パプリカ にんじん 玉ねぎ はくさい みかん	パン 油 さとう 小 麦粉 マヨネーズ	す コンソメ 塩 こ しよ う みりん みそ	588	24.2	2.5	
27 火		とうふハンバーグ やさいのあますあえ とんじる		牛乳 ぶた肉 とうふ あぶらあげ とり肉	きゅうり だいこん ごぼう にんじん 長ねぎ	米 油 さとう じゃ がいも	す みそ しよ うゆ 塩	644	25.2	2.2	
28 水	A  ごもくスープ B  やきにくごはん	かつおごまふうみフライ ゆかりあえ		牛乳 ぶた肉 かつお	にんじん 長ねぎ しいたけ キャベツ きゅうり	米 麦 油 さとう 小麦粉 パン 粉 じゃがいも ご ま油	す 塩 こしよ う しよ うゆ コチュ ジャン 酒	625 26.0 2.0 642 22.9 1.6			
29 木	 フルベリージャム	ミートボール(2こ) コーンサラダ やさいスープ		牛乳 ぶた肉 とり 肉 ベーコン	とうもろこし きゅうり キャベツ にんじん 玉 ねぎ もやし	パン 油 さとう ごま じゃがいも パン粉	コンソメ す しよ うゆ 塩 こしよ う ケチャッ プ	593	24.3	3.0	
★材料の入荷等の都合により、献立や食材を変更することがあります。 ★献立表には、使用するすべての食材を記載しているわけではありません。							へいきんえいようか		636	24.6	2.5

★給食センターで調理する混ぜご飯 などは、炊飯能力の都合により、A校とB校で日にちを分けております。

《A校・B校区分》 A校・・・塚越小・南小・北小 B校・・・東小・中央東小・中央小・西小

★給食センターでは、センターの概要や一日の作業の他、給食のレシピ等をホームページで紹介しています。ぜひご覧ください！

たくさんのご応募、  
ありがとうございました！



◎のついている献立は、蕨市内の小中学生が考えた献立です。  
今年度も11～3月の給食に登場します。お楽しみに♪

## ★卒業生のリクエスト給食&人気投票

10月に、6年生のみなさんに、アンケートを行いました。  
リクエストの多かった献立(★マーク)は、1月～3月の献立に  
取り入れていきますので、お楽しみに！