



# 2月の予定献立表

◇学校別内訳◇			
豊見城小	731	豊見城中	972
とよみ小	700	長嶺中	611
長嶺小	547	伊良波中	972
座安小	516	給食センター	58
上田小	955	とよむ教室	
伊良波小	561	合計	8,176
豊崎小	793		
ゆたか小	760		

学校給食の基準量	学校	E エネルギー	P たんぱく質	F 脂肪
小学校	650kcal	21.1~32.5g	14.4~21.7g	
中学校	830kcal	27.0~41.5g	18.4~27.7g	

※食物アレルギーのある児童生徒は、給食を食べる前に別紙の「食品詳細献立表」で内容を必ず確認しましょう。家庭・学校においても毎日確認して下さい。  
 ※魚、肉類(鶏・牛・豚)には、骨がある可能性がありますので、よくかんで気をつけて食べましょう。

## 豊見城産の野菜がたくさん登場します!

トマトとマンゴーだけじゃない! 豊見城産の葉野菜

実は... 葉野菜 もいっぱいあります!

豊見城産の葉野菜なら豊見城市!

豊見城市は、沖縄県内でも有数の野菜の産地。特にほうれん草、小松菜、ちんげん菜などの葉野菜は県内で一番の生産量なんです!

野菜作りに適した土壌やビニールハウスの環境が整い、美味しい野菜が安定して生産できるんです。

- ①ニラ: ③ニラ、④ちんげん菜、⑤山東菜、⑥カラシナ、⑦ウンチー、⑧ほうれん草、⑨春菊
- ⑩水菜、⑪小松菜

1月にJAおきなわから 豊見城産野菜の提供がありました。

12月に座安小と高知県土佐清水市 清水小がオンラインで 給食交流を行いました。

<p>1(木) 大豆からパワーをもらおう</p> <p>てりやきバーガー</p> <p>てりやきパティ</p> <p>はさんで食べるバーガーパン</p> <p>牛乳</p> <p>チーズ</p> <p>クラム</p> <p>豆乳シチュー</p>	<p>2(金) 部分で福を呼ぼう!</p> <p>大豆と芋のあめがらめ</p> <p>牛乳</p> <p>きびなごのカリカリフライごはん</p> <p>肉じゃが</p>			
<p>5(月) おいしく塩をとる!</p> <p>チーズ大福</p> <p>牛乳</p> <p>オムレツ</p> <p>トマトリゾット</p> <p>ジャーマンポテト</p>	<p>6(火) JAコラボ企画(野菜)</p> <p>牛乳</p> <p>株チンゲン菜の中華炒め</p> <p>ごはん</p> <p>水ギョーザスープ</p>	<p>7(水) あなたの腸は健康?</p> <p>牛乳</p> <p>チーズはんぺんフライ</p> <p>カレーうどん</p> <p>ポテごまサラダ</p>	<p>8(木) 「つくだ煮」という料理</p> <p>牛乳</p> <p>エクレア</p> <p>ひじきの佃煮</p> <p>ごはん</p> <p>鶏のすき焼き風</p>	<p>9(金) 豊見城中デザインのり</p> <p>牛乳</p> <p>デザインのり</p> <p>オレンジ1/4</p> <p>チヂメクニチャンプルー</p> <p>ごはん</p> <p>イナムドウチ</p>
<p>こんだて</p> <p>卒業生の皆さんへ</p> <p>2月も小6・中3のリクエストが続々登場します!</p> <p>1のマークが目印だよ!</p>	<p>13(火) 豊見城の葉野菜</p> <p>牛乳</p> <p>イタリアンサラダ</p> <p>紅茶揚げパン(中学校)</p> <p>黒糖パン(小学校)</p> <p>小松菜の豆乳クリーム煮</p>	<p>14(水) 愛をこめて♡</p> <p>牛乳</p> <p>パルタインクレープ</p> <p>春雨サラダ</p> <p>ごはん</p> <p>マーボー豆腐</p>	<p>15(木) 琉球料理の日</p> <p>牛乳</p> <p>豊見城産ミニトマト(2こ)</p> <p>納豆みそ</p> <p>デークニンブシー</p> <p>ごはん</p>	<p>16(金) ナンカヌスク</p> <p>牛乳</p> <p>ミルク</p> <p>ナムクジャンダーギー</p> <p>七草おじや</p> <p>きんぴらごぼう</p>
<p>こんだて</p> <p>19(月) 雨水の頃は三寒四温</p> <p>牛乳</p> <p>フルーツポンチ</p> <p>ごはん</p> <p>ビーフ入りカレー</p>	<p>20(火) 脳活性!大豆ペプチド</p> <p>牛乳</p> <p>白菜あんかけ丼</p> <p>白菜のあんかけ丼の具</p> <p>かけて食べる</p> <p>ごはん</p> <p>こぼゆ</p>	<p>21(水) 小松菜クイズ</p> <p>牛乳</p> <p>バナナ</p> <p>かぼちゃのひきにくフライ</p> <p>きのこの和風クリームスパゲティ</p>	<p>22(木) 菅原道真から力を!</p> <p>牛乳</p> <p>きゅうりの梅かつお和え</p> <p>よくかんでね</p> <p>もち入り芋煮</p> <p>ごはん</p>	<p>おなま! 食育劇場</p> <p>大豆のヒミツ</p> <p>大豆のヒミツ</p>
<p>こんだて</p> <p>26(月) ミネラル豊富なわかめ</p> <p>牛乳</p> <p>スタミナ豚丼</p> <p>豚丼の具</p> <p>いーよかん</p> <p>中華コーンスープ</p> <p>かけて食べる</p> <p>ごはん</p>	<p>27(火) 勝負にカツ!メニュー</p> <p>牛乳</p> <p>きゃべつとさつぱりあえ</p> <p>ソースチキンカツ</p> <p>ごはん</p> <p>僧兵汁</p>	<p>28(水) 暗記パンを作ろう!</p> <p>牛乳</p> <p>セルフ暗記パン</p> <p>チョコジャム</p> <p>パンにジャムで暗記したいことを書こう!</p> <p>(中)食パン</p> <p>(小)コップパン</p> <p>ツナッコリー</p> <p>サラダ</p> <p>ポークビーンズ</p>	<p>29(木) 石川県に想いを寄せる</p> <p>牛乳</p> <p>さばのゆずみそ煮</p> <p>ごはん</p> <p>鶏とがんもの治部煮風</p>	<p>おなま! 食育劇場</p> <p>さばのゆずみそ煮</p> <p>鶏とがんもの治部煮風</p>

給食費は納め忘れのない口座振替をおすすめします。

★学校給食は皆さまの納める給食費から作られます。毎月10日までに納めましょう★  
 ☆材料、天候、その他の都合により献立を変更する場合があります。

令和6年2月 食品詳細献立表

豊見城市学校給食センター  
電話(098) 850-4585

<p><b>表示義務(特定原材料)7品目</b> 卵,乳,小麦,落花生(ピーナッツ),えび,そば,かに</p> <p style="text-align: center;"><b>その他</b></p> <p>大豆,さけ,さば,いか,いくら,オレンジ,キウイ,バナナ 山芋,パイ,マンゴー,メロン,もも,りんご くるみ,カシューナッツ,ごま,アーモンド,まぐろ,牛肉</p>	<p>※材料・天候・その他により献立を変更する場合があります。詳細な情報を知りたい方は、給食センターまでご連絡ください。</p> <p>※食材や調味料等について、( )内にアレルギー食材の記載しています。</p> <p>※使用頻度の高いしょうゆ(小麦・大豆),料理酒(小麦),酢(小麦),アレルゲンを含まない調味料についてはアレルゲン表示を含め記載を省略しています。</p> <p>※アーサー・もずくの養殖場には、エコビ類(食物アレルギー表示外)が生息しています。</p> <p>※カワハギ,海藻類,小魚類はえび,かきが混ざる漁法・生息域で捕獲されています。</p> <p>※給食で使用しているかまぼこ等の練り製品は卵抜きを使用しています。卵入りを使用する際は、下記の表に記載します。</p> <p>※大量調理を行うため,微量のアレルゲンの混入(コンタミネーション)を完全に避けることはできません。</p>
---	---

日	曜日	こんだて	おもに体をつくるものになる食品 (あか)	おもにエネルギーのもとになる食品 (さいろ)	おもに体の調子を整えるものになる食品 (みどり)	調味料
1	木	バーガーパン クラム豆乳シチュー てりやきパティ チーズ ごはん 肉じゃが きびなごカリフライ 大豆と芋のあめがらめ	脱脂粉乳 あさり,鶏肉,豆乳 鶏肉,豚肉,大豆 チーズ(乳) 豚肉,油揚げ きびなご 大豆	小麦粉,ショートニング じゃがいも,大豆油,米粉,乳無マーガリン(大豆) でんぷん	にんじん,たまねぎ,白菜,にんにく 玉ねぎ,トマト,にんにく,しょうが	大豆由来成分 かつお(鶏),ホワイトルウ(大豆)
2	金	ごはん 肉じゃが きびなごカリフライ 大豆と芋のあめがらめ	豚肉,油揚げ きびなご 大豆	こめ 大豆油,じゃがいも じゃがいも,でんぷん,水あめ,米粉,玄米粉,大豆油 さつまいも,水あめ	にんにく,にんじん,玉ねぎ,あお豆,こんにやく しょうが	
5	月	トマトリゾット ジャーマンポテト オムレツ チーズ大福	鶏肉 豚肉 たまご チーズ(乳)	こめ,大豆油 じゃがいも,大豆油 大豆油,もち粉,でんぷん	にんじん,トマト,玉ねぎ,マッシュルーム,コーン 玉ねぎ,にんじん,ブロッコリー,にんにく,パセリ	かつお(鶏) ぶーが(豚),鶏 小麦,大豆由来成分 大豆由来成分
6	火	ごはん 水ギョーザスープ 株子ゲン菜の中華炒め	鶏肉,厚揚げ ひじき,かつお節,高野豆腐 たまご,練乳,脱脂粉乳,ゼラチン	こめ でんぷん,ごま油 ねぎ油(大豆),でんぷん,大豆油,春雨	しいたけ,にんじん,白菜,コーン ゲン菜,にんじん,玉ねぎ,にんにく,しょうが	ぶーが(豚),鶏 コンソメ(牛,大豆)
7	水	カレーうどん チーズはんぺんフライ ポテごまサラダ	豚肉,豚レバー,油揚げ すりみ,チーズ(乳),たまご	うどん(小麦),大豆油 パン粉(小麦),水あめ,でんぷん,大豆油 じゃがいも,さつまいも,ノンエッグマヨネーズ,ドレッシング(小麦,ごま,大豆),ねりこ,すりごま	にんじん,玉ねぎ,白菜,小松菜,長ねぎ,あお豆 にんじん,きゅうり,ブロッコリー	ぶーが(豚),鶏 大豆由来成分
8	木	ごはん 鶏のすき焼き風 ひじきの佃煮 エクレア	鶏肉,厚揚げ ひじき,かつお節,高野豆腐 たまご,練乳,脱脂粉乳,ゼラチン	こめ 大豆油 白ごま,水あめ 小麦粉,チョコ(カカオ),ショートニング	こんにやく,にんじん,玉ねぎ,白菜,小松菜,しいたけ,長ねぎ ゆかり	大豆由来成分
9	金	ごはん イナムドウト チヂン 置見中デザイン オレンジ1/4	豚肉,かまぼこ,みそ 豚肉,厚揚げ,高野豆腐 のり,昆布,かつお節,いりこ	こめ 大豆油	しいたけ,こんにやく にんじん,きやべつ,玉ねぎ,からし菜,にんにく しいたけ オレンジ	ぶーが(豚),鶏
13	火	小)黒糖パン 中)紅茶揚げパン 小松菜の豆乳クリーム煮 イタリアンサラダ	脱脂粉乳 脱脂粉乳,きなこ(大豆) 鶏肉,白いんげん豆,豆乳	小麦粉,ショートニング,黒糖 小麦粉,ショートニング,大豆油 じゃがいも,米粉,乳無マーガリン(大豆)	大豆由来成分 紅茶,大豆由来成分 ホワートルウ(大豆),かつお(鶏),コンソメ(牛,大豆) ブロッコリー,きゅうり,にんじん,コーン,にんにく	
14	水	ごはん マーボー豆腐 春雨サラダ バレンタインクレープ	豚肉,高野豆腐,豆腐,みそ 鶏肉 豆乳,大豆粉	こめ オリーブ油,春雨 植物油,米粉,水あめ,ココア,でんぷん	だいこん,にんじん,玉ねぎ,ねぎ,しいたけ,あお豆,しょうが,にんにく きゅうり,にんじん	麻婆豆腐の素(小麦,大豆,牛,豚,ゼラチン,ごま,かき),オイスターソース(卵,砂糖),ポークブイオン(鶏,豚),甜面醬(小麦,大豆,ごま)コチジャン(大豆)
15	木	ごはん デークニブシー 納豆みそ 置見城産ミニトマト	豚肉,かまぼこ(大豆),豆腐,みそ 納豆,みそ,かつお節	こめ 大豆油 大豆油	だいこん,にんじん,小松菜,こんにやく ミニトマト	ぶーが(豚),鶏
16	金	七草おじや きんぴらごぼう ナムクジアンダーギー ミルメーク	鶏肉,油揚げ,もずく 豚肉,かまぼこ じゃがいも,乾芋,でんぷん,大豆油 ココア	こめ,大豆油 ごま,大豆油,ごま油 じゃがいも,乾芋,でんぷん,大豆油 ココア	だいこん,にんじん,小松菜,こんにやく ごぼう,こんにやく,にんじん,たけのこ	かつお(豚),鶏 かつお(鶏)
19	月	ごはん ビーフ入りカレー フルーツポンチ	豚肉,油揚げ,もずく 牛肉,鶏肉,鶏レバー,豆乳	こめ じゃがいも,乳無マーガリン(大豆),米粉,大豆 ゼリー(はちみつレモン)	にんじん,玉ねぎ,なす,ズッキーニ,かぼちゃ,ブロッコリー,にんにく,トマト みかん,もも,洋なし,ぶどう,パイナップル,チェリー	カレールウ,かつお(鶏)
20	火	ごはん こつゆ 白菜のそぼろあんかけ丼(具)	こめ 鶏肉,あさり,かまぼこ 厚揚げ,高野豆腐	こめ 麩(小麦),さといも 大豆油,でんぷん	だいこん,にんじん,長ねぎ,こんにやく,たけのこ,しいたけ ほくざい,にんじん,玉ねぎ,あお豆,しょうが,	かつお(豚),鶏 かつお(豚),鶏
21	水	きのこの和風クリームスパゲティ かぼちゃのひきにくフライ バナナ	豚肉,かつお節,豆乳 豚肉	こめ じゃがいも,米粉,乳無マーガリン(大豆) 小麦粉,でんぷん,パン粉(小麦),大豆油	にんじん,小松菜,玉ねぎ,しいたけ,マッシュルーム,にんにく かぼちゃ,玉ねぎ バナナ	かつお(豚),鶏 りんご,大豆由来成分
22	木	ごはん もち入り芋煮 きゅうりの梅かつお和え	豚肉,かまぼこ(大豆),かまぼこ,厚揚げ,みそ 鶏肉,かつお節	こめ じゃがいも,里芋,もち	にんじん,小松菜,長ねぎ,しいたけ,こんにやく きゅうり,だいこん,にんじん	ぶーが(豚),鶏 梅肉(りんご)
26	月	ごはん 中華コンソメスープ スタミナ豚丼(具) いよかん(いよかん)	高野豆腐,わかめ 豚肉,みそ	こめ でんぷん 大豆油,ごま油,ごま,でんぷん,春雨	にんじん,だいこん,長ねぎ,コーン,にんにく にんじん,小松菜,玉ねぎ,こんにやく,ピーマン,にんにく,しょうが	かつお(豚),鶏 味噌(小麦,大豆,ごま)コチジャン(大豆),味噌(小麦,大豆),味噌(小麦,大豆,ごま)
27	火	ごはん 僧兵汁 きやべつ ソースチキンカツ	豚肉,みそ 寒天 チキンカツ(小麦,大豆,鶏)	こめ 里芋 ごま,オリーブ油 大豆油,でんぷん	れんこん,にんじん,ごぼう,白菜,にんにく,しいたけ きやべつ,きゅうり,にんじん,もやし,シークワサー	かつお(豚),鶏
28	水	小)コッペパン 中)食パン ポークビーンズ ツナッコーリーサラダ チョコジャム	脱脂粉乳 脱脂粉乳 豚肉,大豆,ポークビーンズ(小麦,大豆,豚) ツナ 大豆粉,脱脂粉乳	小麦粉,ショートニング 小麦粉,ショートニング じゃがいも,大豆油 ドレッシング	玉ねぎ,トマト,にんじん,セロリ,マッシュルーム,にんにく ブロッコリー,カリフラワー,きゅうり,にんじん,コーン	大豆由来成分 大豆由来成分 ぶーが(豚),鶏
29	木	ごはん 鶏とがんもの治部煮風 さばのゆずみそ煮	こめ 鶏肉,かまぼこ(大豆),豆腐 さば,みそ	こめ でんぷん,大豆油 米粉	だいこん,にんじん,小松菜,こんにやく ゆず	かつお(豚),鶏