平成20年

2月よていこんだて

【小学校】

酒々井町学校給食 センター

日	曜日	しゅしょく てんかぶつ	牛乳	おかず	デザート	おもなざいりょうとはたらき ち・にく・ほねになるもの	ねつやちからになるもの	からだのちょうしをととのえるもの	ねつりょうKcal	たんぱくしつg
1	金	ごはん	○	イワシのうめに ほうれんそうのごあまえ トントンじる（ぶたにくとすいとんのしるものです。どんなこともトントンとうまくいきますように！	ふくまめ	2月３日は節分（せつぶん）です。			716	29
4	月	むぎごはん	○	シーフードカレー コールスローサラダ		牛乳　あさり　いか ホタテ　えび ハム	こめ　むぎ あぶら じゃがいも	にんじん きゅうり キャベツ　コーン　りんご	708	23.6
5	火	うぐいす あげぱん	○	とりにくのハーブやき　2ケ ブロッコリーサラダ（マヨネーズ） ポトフ	レモンソーダ ゼリー	うぐいすきなこは、かんそうした「青だいず」をいってくだいたものです。きなこは、おいしいだけでなく、体をつくるもとが　たくさん入っています。			652	29.4
6	水	ごはん	○	ポークシュウマイ　2ケ もやしナムル だいこんのオイスターに	ポンカン	牛乳　ぶたにく とりにく　なまあげ	こめ　あぶら さとう　ごま	もやし　ほうれんそう にんじん　だいこん チンゲンサイ	699	25.1
7	木	ごはん	○	キスのはなあげ　2ケ（てんつゆ） ごもくきんぴら あさりのみそしる	いちご ヨーグルト	キス　ぶたにく さつまあげ　みそ あぶらあげ　ヨーグルト	こめ　あぶら　さとう ごま	にんじん　ごぼう　こんにゃく だいこん　こまつな　ねぎ	699	29.7
8	金	ソフトフランス （ブルーベリージャム）	○	ハンバーグきのこソースかけ イモいっぱいサラダ ほうれんそうとベーコンのスープ	アンパンマン チーズケーキ	牛乳　ぶたにく とりにく　ハム ベーコン	パン　あぶら さとう　じゃがいも さつまいも	しいたけ　しめじ　えのき たまねぎ　にんじん　パセリ ほうれんそう	685	26.0
12	火	ごもくやきそば **給食費口座振替日（千葉銀行・京葉銀行・郵便局・JA成田市）**	○	ビックにくだんご　2ケ ごぼうサラダ	バナナ	千葉県では、たくさんの「ごぼう」がつくられています。今月、きゅうしょくでつかう「ごぼう」は、酒々井町でつくられたものです。おなかのちょうしをととのえるはたらきがあります。よくかんで食べましょう。			662	28.9
13	水	ゆかりごはん	○	マンダイてりやき ほうれんそうわふうサラダ だまこもちじる	いよかん ゼリー	牛乳　マンダイ あぶらあげ　みそ のり　とりにく	こめ　あぶら さとう だまこもち	ほうれんそう　えのきだけ にんじん　だいこん ねぎ　ごぼう	680	25.4
14	木	テーブルロール （アップルジャム）	○	イカナゲット　2ケ（ケチャップ） かいそうサラダ(ドレッシング) クリームスープスパゲッティ	ハートの チョコプリン	牛乳　イカ　とりにく ベーコン　かいそう スキムミルク	パン　あぶら バター　さとう	キャベツ　きゅうり　にんじん たまねぎ　ほうれんそう コーン　マッシュルーム	681	28.6
15	金	ごはん （ひじきぱっぱ）	○	サバのちゅうかソースかけ バンサンスー すいぎょうざ		牛乳　サバ　みそ ぶたにく　なると にくぎょうざ　ひじき	こめ　あぶら さとう　ごま	もやし　キャベツ　にんじん ほししたけ　はくさい ねぎ	687	27.8
18	月	ごはん	○	チリソースえびだんご　2ケ こんにゃくちゅうかサラダ マーボードウフ	キウイ フルーツ	牛乳　えびだんご ぶたにく　とうふ みそ	こめ　あぶら さとう　ごま	こんにゃく　もやし　にんじん きゅうり　にんにく　しょうが ねぎ　にら　キウイフルーツ	687	27.2
19	火	しょくパン （チョコバナナ）	○	マカロニグラタン プチトマト　2ケ ミートボールカレーシチュウ		牛乳　ミートボール スキムミルク	パン　あぶら さとう　マカロニ じゃがいも	ミニトマト　にんじん たまねぎ　キャベツ	673	23.3
20	水	さけわかめごはん **給食費口座再振替日（千葉銀行）**	○	ささみしそまきてんぷら いんげんのピーナッツあえ イワシのつみれじる	セノビー ゼリー	イワシは水あげされると,すぐに死んでしまう弱い魚なので「ヨワシ」とよばれ、それが「イワシ」になったといわれます。イワシのあぶらには、頭のはたらきをよくしたり、びょうきをよぼうするはたらきがあります。			653	26.4
21	木	ごはん	○	かにたま ぎゅうにくとピーマンいため ワカメスープ	いちご 2ケ	牛乳　カニ　たまご ぎゅうにく　わかめ ホタテフレーク	こめ　あぶら さとう　でんぷん	にんじん　たけのこ　ねぎ ピーマン　にんにく　しょうが たまねぎ　ほうれんそう　いちご	656	26.9
22	金	こくとう しょくパン （マーマレード）	● ココア	ホキのフライ（ソース） アスパラのごまマヨサラダ マカロニときのこのスープ		牛乳　ホキ ハム　ぶたにく ベーコン	パン　あぶら さとう　マカロニ パンこ	アスパラガス　コーン キャベツ　きゅうり　しめじ えのきだけ　ほうれんそう	698	23.5
25	月	ごはん **給食費口座再振替日（京葉銀行・郵便局・JA成田市）**	○	ぶたにくカレーやき カリフラワーサラダ（ドレッシング） ごもくじる	カット パイン	牛乳　ぶたにく とうふ　みそ	こめ　あぶら さとう	にんにく　しょうが カリフラワー　ブロッコリー ごぼう　こまつな　ねぎ パイナップル	680	28.2
26	火	ごはん	○	シシャモのなんばんづけ　2ケ はるさめのちゅうかいため ホタテとチンゲンサイのスープ	ひとくち ピーチゼリー	牛乳　ししゃも ぶたにく　とりにく ホタテフレーク	こめ　あぶら さとう　はるさめ でんぷん	ねぎ　にんじん　たけのこ キャベツ　ほししいたけ チンゲンサイ　たまねぎ	680	25.3
27	水	ソフトメン	○	ミートソース じゃがバター グリーンサラダ（ドレッシング）	オレンジ	牛乳　ぶたにく ぎゅうにく	ソフトメン　あぶら バター じゃがいも	にんじん　たまねぎ マッシュルーム　キャベツ ブロッコリー　オレンジ	641	27.3
28	木	ごはん	○	さけソフトフライ（ソース） みそサラダ とりごぼうじる	ミニ リンゴゼリー	牛乳　サケ とりにく　なまあげ みそ	こめ　あぶら さとう	きゅうり　キャベツ　もやし にんじん　コーン　ごぼう こんにゃく　ねぎ　こまつな	688	25.1
29	金	ごはん	○	とりのオーロラソース　2ケ そくせきづけ じゃがいもとわかめのみそしる	ヨーグルト レーズン	牛乳　とりにく ベーコン　みそ わかめ	こめ　あぶら さとう　でんぷん じゃがいも	きゃべつ　だいこん にんじん　こまつな ねぎ　レーズン	693	27.8

今月の酒々井産

酒々井町の農家の方がつくった、しんせんで、おいしい野菜をたくさんつかっています。

ごはんは
コシヒカリ1等米
です。
おいしいですよ！

今年度の給食費の口座振替は今月で終了です。3月分の給食費が前納となります。
指定口座の残高確認等を行い、納め忘れのないようにお願いいたします。