



令和2年度

# 2月 学校給食献立予定表

深谷市立深谷小学校 深谷幼稚園

日	こんだてめい	牛乳	あかのなかま からだをつくる	みどりのなかま からだのちょうしをととのえる	きのなかま エネルギーになる	エネルギー たんぱく質
1月	煉獄さんのすきなさつまいもごはん		あぶらあげ、とりにく	にんじん、ごぼう	こめ、さつまいも、こめあぶら	666 kcal 26.6 g
	禰豆子のいそべげ		ちくわ、たまご、あおのり		こむぎこ、こめあぶら	
	炭治郎のいそのかあえ		のり、かつおぶし	ほうれんそう、りょくとうもやし、キャベツ	さとう	
	善逸のかみなりじる		とうふ、たまご	にんじん、だいこん、ねぎ	ごまあぶら	
2火	ココアあげパン				コッペパン、こめあぶら、さとう	639 kcal 20.8 g
	ガタタン(北海道郷土料理)		とりにく、なると、ちくわ、あさり、たまご	にんじん、キャベツ、ほししいたけ、たけのこ、ねぎ	しらたまだんご、こめあぶら、かたくりこ	
	ハムとだいこんのサラダ		ハム	だいこん、きゅうり、キャベツ、ポッカレモン	こめあぶら、さとう	
3水	ごはん				こめ	617 kcal 26.0 g
	しろみざかなのなんばんづけ		まだら	ねぎ、にんにく、しょうが、とうがらし	かたくりこ、こめあぶら、さとう、こま、こめあぶら	
	だいでいずのいそに		とりにく、だいでいず、さつまあげ	にんじん、さやいんげん(ゆで)	こめあぶら、さとう	
4木	おことじる		あずき、みそ	ごぼう、にんじん、だいこん、こんにゃく	さといも	676 kcal 22.3 g
	チキンカレーライス		とりにく、ちょうりょう牛乳、とろけるチーズ	にんにく、しょうが、にんじん、たまねぎ	こめ、こめあぶら、じゃがいも	
	だいでいずとゴボウのかけあげ		だいでいず、あおのり	ごぼう	かたくりこ、こめあぶら、さとう	
5金	けんちんうどん		とりにく、とうふ	ごぼう、にんじん、だいこん、ねぎ、こまつな	じごなうどん、こめあぶら、さといも	601 kcal 20.9 g
	のりしおポテト		だいでいず、あおのり		フレンチフライポテト、こめあぶら	
	やさしいため		ベーコン	にんじん、キャベツ、りょくとうもやし、とうもろこし、にら	こめあぶら	
8月	ごはん				こめ	636 kcal 25.8 g
	だいこんとぶたにくににこみ		ぶたにく、さつまあげ	しょうが、だいこん、にんじん、ねぎ、こんにゃく	こめあぶら、さとう	
	とりにくのパーベキューソース		とりにく	しょうが、アップルソース、ポッカレモン、にんにく	さとう、かたくりこ	
	やさしいごまマヨネーズあえ		いとかまぼこ、ほぐし	キャベツ、ブロッコリー、にんじん	さとう、ノンエッグマヨネーズ、すりごま	
9火	くろパン				くろパン	706 kcal 25.0 g
	「きずな」にぼうとう		ぶたにく、とりにく、たまご、あぶらあげ	はくさいキムチ、にら、ほししいたけ、だいこん、にんじん、はくさい、こまつな、ねぎ	ひもかわ、かたくりこ、こめあぶら	
	だいでいずとポテトのあげにグリーンサラダ		だいでいず	ブロッコリー、キャベツ、きゅうり、ポッカレモン	かたくりこ、フレンチフライポテト、こめあぶら、さとう	
10水	ごはん				こめ	618 kcal 26.1 g
	コーンいりかふうスープ		ベーコン、あさり、たまご	にんじん、たまねぎ、きくらげ、とうもろこし、こまつな	こめあぶら、かたくりこ	
	チーズダッカルビ		とりにく、とろけるチーズ	にんにく、しょうが、たまねぎ、キャベツ	さとう、ごまあぶら	
	ふかやネギのナムル		ハム	ねぎ、にんじん、りょくとうもやし、ほうれんそう、にんにく、しょうが	ごまあぶら、さとう	
12金	かんとんめん		ぶたにく	にんじん、しょうが、たけのこ、りょくとうもやし、ねぎ、にら、チンゲンツアイ	ちゅうかめん、こめあぶら、かたくりこ、ごまあぶら	649 kcal 23.5 g
	チョコバナナパンケーキ		ちょうりょう牛乳、たまご	バナナ	ホットケーキミックス	
	だいこんとじゃこのサラダ		ちりめんじゃこ、なまわかめ	だいこん、きゅうり、にんじん	こめあぶら、さとう	
15月	ごはん				こめ	623 kcal 25.1 g
	さばのしおやき		まさば			
	きりぼしだいこんのいりにやさしいわん		あさり、ちくわ、あぶらあげ なまあげ、みそ	きりぼしだいこん、にんじん、さやいんげん ごぼう、にんじん、だいこん、ねぎ、こまつな	こめあぶら、さとう こめあぶら、じゃがいも	
16火	こどもパン				こどもパンスライス	615 kcal 22.5 g
	トンノスパゲッティ		ツナ	とうがらし、たまねぎ、にんじん、えのきたけ、ほんしめじ、にんにく、トマトかんづめ、パセリ	ディチェコスパゲッティ、こめあぶら、オリーブオイル	
	やきウィンナー		Fe無塩せきりウィンナー・フランス			
	セサミサラダ			キャベツ、きゅうり、ブロッコリー、ポッカレモン	ごま、こめあぶら、さとう	
17水	かつどん		とりにく		こめ、こむぎこ、パンこ、こめあぶら、さとう	671 kcal 29.2 g
	ワカメサラダ		JAS生わかめ	きゅうり、とうもろこし、キャベツ	こめあぶら、さとう、ごま	
	だいこんのみそじる		なまあげ、みそ、みそ	だいこん、にんじん、ねぎ		
18木	ちゅうかふうたきこみごはん		ぶたにく、あぶらあげ	しょうが、たけのこ、にんじん、ほししいたけ、こまつな	こめ、こめあぶら、さとう、ごまあぶら	600 kcal 24.1 g
	シシャモフリッター		ししゃもフリッター	キャベツ	こめあぶら、こむぎこ	
	スタミナスープ		ぶたにく、とうふ、みそ、ちょうりょう牛乳	にんにく、にんじん、たまねぎ、だいこん、ねぎ	こめあぶら、じゃがいも	
19金	しろごまタンタンうどん		とりにく、ちくわ、あぶらあげ、みそ	たまねぎ、にんじん、キャベツ、にら、ねぎ、こまつな	じごなうどん、こめあぶら、すりごま、ねりごま、ごまあぶら	685 kcal 24.4 g
	おからドーナツ		たまご、ちょうりょう牛乳		ホットケーキミックス、くろさとう、こめあぶら	
	ほうれんそうとコーンのソテー		ベーコン	にんじん、キャベツ、とうもろこし、ほうれんそう	こめあぶら	
22月	ごはん				こめ	600 kcal 24.9 g
	あげさかなのおろしかけ		さけ	だいこん	かたくりこ、こめあぶら、さとう	
	あおなとこうやどうふのにびたし		こおやどうふ、かつおぶし	にんじん、キャベツ、こまつな		
24水	みそじる		あぶらあげ、なまわかめ、みそ、みそ	にんじん、たまねぎ	じゃがいも	647 kcal 26.9 g
	ソイどん		ベーコン、とりにく、だいでいず	しゅんぎく	こめ、さとう	
	わふうサラダ		なまわかめ、いとかまぼこ、ほぐし	キャベツ、きゅうり、たまねぎ、しょうが	こめあぶら、さとう、すりごま	
25木	かきたまみそじる		なると、とうふ、みそ、みそ、たまご	たまねぎ、にんじん、こまつな	かたくりこ	646 kcal 26.6 g
	ごはん				こめ	
	とりにくとわかめのごまだれ		とりにく、ぶたレバー	しょうが	かたくりこ、じゃがいも、こめあぶら、さとう、すりごま	
	ほうれんそうのサラダ		ツナ、ひじき	きゅうり、にんじん、たまねぎ	こめあぶら、さとう	
26金	みそじる		あぶらあげ、なまわかめ、みそ、みそ	だいこん、にんじん、ねぎ		614 kcal 21.4 g
	サンマーメン		ぶたにく、なると	にんじん、しょうが、たけのこ、りょくとうもやし、ねぎ、キャベツ	ちゅうかめん、こめあぶら、かたくりこ、ごまあぶら	
	こざかないりまつばいも		かえりにぼし		さつまいも、こめあぶら、さとう、はちみつ	
26金	ちゅうかサラダ		たまご	きゅうり、キャベツ、にんじん	はるさめ、こめあぶら、ごまあぶら、さとう、こめあぶら	

※ 材料入荷の都合により、多少献立を変更する場合がありますのでご了承ください。栄養価は小学校中学年の数値です。  
給食回数・・・18回