

# 2020年 2月 学校給食献立表

埼玉県立浦和高等学校 定時制

日	曜日	献立	牛乳	血や肉になる食品	熱や力の元になる食品	体の調子を整える食品	エネルギー Kcal たんぱく質 g
3	月	ごはん いわしのかば焼き からしあえ みそ汁	○	牛乳 いわし ちくわ かつお節 煮干しみそ 豆腐 カットわかめ	米 片栗粉 サラダ油 三温糖	白菜 ほうれん草 にんじん ねぎ	807
							35.4
4	火	ごはん ひき肉のオムレツ 五目きんぴら すまし汁 りんご	○	牛乳 たまご 鶏ひき肉 チーズ さつまあげ かつお節	米 じゃがいも サラダ油 麩 こんにゃく 三温糖 ごま	玉ねぎ にんじん 小松菜 ごぼう れんこん 絹さや しめじ りんご	767
							31.1
5	水	ごはん 家常豆腐 シュウマイ 中華スープ	○	牛乳 生揚げ 豚肉 豆腐	米 サラダ油 三温糖 片栗粉 ごま油 小麦粉(皮)	玉ねぎ にんじん 干し椎茸 たけのこ ピーマン チンゲン菜 ねぎ にんにく しょうが	792
							32.5
6	木	ごはん ツナカレーコロッケ ひき菜炒り みそ汁 抹茶ミルクプリン	○	牛乳 ツナ たまご 油揚げ みそ ゼラチン ゆであずき	米 じゃがいも バター 小麦粉 パン粉 サラダ油 しらたき ごま油 三温糖	玉ねぎ にんじん コーンクリーム 干し椎茸 大根 小松菜 しめじ	867
							29.0
10	月	豚丼 もやし炒め すまし汁	○	牛乳 豚肉 油揚げ 豆腐	米 しらたき サラダ油 三温糖 ごま油	玉ねぎ にんじん しいたけ しょうが グリーンピース 紅しょうが にら もやし みつば	839
							33.0
12	水	ごはん ぶりのてりやき マスタードポテト みそ汁	○	牛乳 ぶり ベーコン チーズ 煮干しみそ 油揚げ	米 三温糖 じゃがいも サラダ油	大根 にんじん 枝豆 コーン まいたけ ねぎ	849
							38.0
13	木	ごはん 鶏肉のレモンソース れんこんサラダ ジャーマンスープ	○	牛乳 鶏肉 みそ ベーコン	米 小麦粉 バター ごま マヨネーズ じゃがいも	玉ねぎ レモン れんこん ごぼう きゅうりにんじん	872
							33.2
14	金	スパゲッティミートソース 海藻サラダ ココアプリン	○	牛乳 豚肉 粉チーズ カットわかめ	スパゲッティ オリーブ油 サラダ油 こんにゃく	玉ねぎ セロリ にんじん キャベツ きゅうり コーン	890
							35.4
17	月	ごはん チーズタッカルビ ナムル トックのスープ	○	牛乳 鶏肉 チーズ	米 三温糖 ごま油 片栗粉 さつまいも サラダ油 トック	キャベツ もやし にんじん きゅうり 干し椎茸 小松菜 玉ねぎ	863
							37.7
18	火	ごはん さけのフライ こふきいも ミネストローネ	○	牛乳 さけ 青のり	米 小麦粉 パン粉 サラダ油 じゃがいも オリーブ油 バター マカロニ 三温糖	キャベツ にんじん 玉ねぎ セロリ フロッコリー	826
							38.4
19	水	ごはん 肉豆腐 梅おかかあえ みそ汁	○	牛乳 豚肉 焼き豆腐 かつお節 煮干しみそ 油揚げ	米 しらたき 三温糖 サラダ油	ねぎ 白菜 まいたけ 小松菜 キャベツ えのきにんじん 梅干 しめじ	769
							37.8
20	木	ごはん 白身魚のゆずみそ焼き 焼肉サラダ かきたま汁	○	牛乳 さわら みそ たまご 豚肉 カットわかめ かつお節	三温糖 サラダ油 片栗粉 しらたき ごま油	ゆず キャベツ パプリカ きゅうり ほうれん草 ねぎ もやし	820
							39.8
21	金	バターチキンカレーライス シーザーサラダ ゼリー	○	牛乳 鶏肉 ヨーグルト 生クリーム ベーコン 粉チーズ	米 米粒麦 サラダ油 三温糖 バター ドレッシング ゼリー	玉ねぎ トマト缶 キャベツ きゅうり パプリカ 小松菜	927
							37.8
25	火	じゃこチャーハン 揚げ餃子 チャプスイ(とろみ中華スープ)	○	牛乳 豚ひき肉 じゃこ なると たまご 豚肉 みそ	米 ごま油 ごま サラダ油 片栗粉 餃子皮	にんじん たまねぎ 小松菜 白菜 きくらげ キャベツ ねぎ にんにく しょうが	811
							35.4
26	水	みそけんちんうどん チヂミ ヨーグルト	○	牛乳 豚肉 油揚げ かつお節 みそ チーズ ヨーグルト シーフードMIX	ゆでうどん サラダ油 さといも こんにゃく 三温糖 ごま油	大根 にんじん ねぎ ごぼう 小松菜 玉ねぎ もやし にら	795
							34.2

※ 2/7(金) 芸術鑑賞会、2/27(木)・28(金)は臨時休業のため給食はありません。

※ 仕入れの都合により変更することがございます。ご了承ください。



## 2月の行事と食べ物

日本にはお正月をはじめ  
四季折々の行事があります  
今回は2月の行事と食べ物について  
紹介したいと思います

### 節分 (「立春」の前日、2月3日ごろ)

家の戸口にヒイラギワシ(ヤイカガシ)を飾り、  
豆をまいて鬼を追い払い、無病息災を願います。  
最近、全国的に食べられるようになった恵方巻き  
は、もともと関西の一部地域で商売繁盛を願って  
食べられていたものです。



### 初午 (2月最初の午の日)

五穀豊稔や商売繁盛などを願って、各地の稲荷  
神社でお祭りが行われます。稲荷神のおつかいと  
されるキツネの好物の油揚げや、油揚げですし飯  
を包んだいなりすしなどをお供えます。初午団子  
やしもつかれを作る地域もあります。

