



2月の給食献立予定表



←学校HPにカラー版が掲載されています。

宇都宮市立富屋小学校

ひつけ 日付		こんだて 献立	おもなざいりょう						エネルギー kcal	
			ちにくしよくひん 血や肉になる食品 (赤色の分類)		からだちようしととのしよくひん 体の調子を整える食品 (緑色の分類)		ねつちからしよくひん 熱や力になる食品 (黄色の分類)		たんぱく質 (g)	
			1群(魚・肉・豆)	2群(牛乳・チーズ・海苔)	3群(緑黄色野菜)	4群(淡色野菜・きのこ・果物)	5群(ごはん・パン・麺・いも・砂糖)	6群(油・種実)	塩分相当 (g)	
1	(水)	クロワッサン切り自入り						クロワッサン		670 kcal
		セルフハムチーズサンド	ポークハム	チーズ						31.5 g
		レタス				レタス				32.3 g
		牛乳		牛乳						2.6 g
		きのこのスープ 気になる野菜ジュース(鉄)	鶏肉	牛乳 脱脂粉乳	人参 パセリ	玉ねぎ しめじ エリンギ えのき	じゃが芋 小麦粉	マーガリン		
2	(木)	ビビンバ	牛肉		人参 法連草	大根 大豆もやし もやし	こめ むぎ	ごま油	693 kcal	
		牛乳		牛乳			さとう	白ごま	27.5 g	
		担々春雨スープ	豚肉	刻昆布	人参 にら 葱 白菜	えのき しめじ 椎茸 玉ねぎ	春雨	担々麺スープの素	23.6 g	
		ボンカン				ボンカン			2.1 g	
3	(金)	牛肉とごぼうの混ぜごはん	牛肉	刻のり	人参	ごぼう 枝豆	こめ むぎ	白ごま	710 kcal	
		牛乳		牛乳			糸蒟蒻 さとう		32.5 g	
		いわしの生姜煮	いわし 生姜煮						22.8 g	
		白菜のゆず浅漬		塩こんぶ	人参	白菜 ゆず	さとう		2.3 g	
		豚汁 福豆	豚肉 豆腐 みそ	鯉節	人参 小松菜	大根 しめじ	里芋 蒟蒻			

初午の日には「しもつかれ」

初午の時にしもつかれを作り、お赤飯といっしょに稲荷神社にお供えし、農作物の豊作と安全に暮らせるようにと願います。
しもつかれの材料は、正月の残りの塩鮭の頭、節分の大豆、冬の野菜として貯蔵しておいたこんにゃくにんじんを使っています。
富屋地区では、昔からしもつかれにさともを入れる家が多いそうです。そこで、今回のしもつかれは、さともを入れたKOYOしもつかれを作ります。



6 (月)	赤飯	初午献立	ささげ			もち米 こめ	黒ごま	757 kcal
	牛乳			牛乳				36.5 g
	ヒレカツ		豚肉 鶏卵			小麦粉 パン粉	サラダ油	20.0 g
	からし和え			法連草 人参	もやし	春雨	白ごま	1.7 g
	KOYOしもつかれ 甘夏ゼリー		鮭 大豆 油あげ 鯉節	人参	大根	里芋 酒粕	ざらめ	



2月7日から24日まで、給食室の空調工事のため、お弁当を持参してください。
ご不便をお掛けいたしますが、ご理解とご協力の程、宜しくお願い致します。



27 (月)	麦入りごはん	静岡県 2月23日は 富士山の日 静岡県		牛乳		こめ むぎ		679 kcal
	牛乳		金目鯛 鯉節		生姜	さとう		26.0 g
	金目鯛の煮付		じゃこ 油あげ	小松菜 人参				18.0 g
	小松菜の煮びたし		豆腐 油あげ 鯉節	人参	大根	里芋 蒟蒻	さとう	1.9 g
	おさく(郷土料理) 富士山ゼリー					富士山ゼリー		
28 (火)	五穀ごはん	利久忌献立		牛乳		こめ 五穀		794 kcal
	牛乳							31.1 g
	鶏肉の利久揚げ		鶏肉			さとう 小麦粉 黒白ごま	サラダ油	29.6 g
	磯辺和え			刻のり	法連草	キャベツ		1.8 g
	鯛入りすまし汁 グノンの抹茶パフェ		金目鯛 豆腐 梅干し 鯉節	人参 法連草	玉ねぎ	小麦粉	抹茶パフェ	

★都合により、給食内容が変更されることがあります。牛乳は毎日です。

＜給食目標＞

歯の衛生を保ち、食後の休憩をとろう！



＜給食食材の放射性物質検査結果＞

富屋小で1月24日に給食用食材である「徳次郎町産 にんじん」の放射性物質検査を行ったところ、放射性セシウム、放射性ヨウ素とも不検出でしたのでお知らせいたします。

小学校中学年一人一回あたりの学校給食食事摂取基準	今月の平均
エネルギー	650kcal
たんぱく質	21.1g～32.5g
脂質	14.4g～21.6g
塩分相当	2.0g

※給食回数 6回
(米飯回数5回 県産小麦パン1回 米粉パン0回)

