

令和6年度

2月 中学校給食予定献立表

広陵町・香芝市共同中学校給食センター スマイル														
日	材料名	分量	6群	アレルギー	日	材料名	分量	6群	アレルギー	日	材料名	分量	6群	アレルギー
3日 （月）	チキンピースカレー				4日 （火）	ごはん				5日 （水）	規格パン			
	●精白米	90 g	5			●精白米	100 g	5			●規格パン	1 こ	5	乳 麦
	精麦	10 g	5			牛乳					牛乳			
	鶏肉	25 g	1	鶏		牛乳	1 本	2	乳		牛乳	1 本	2	乳
	ぶどう酒	1.5 g				つくねの生薬だれ					ハンバーグのケチャップソースかけ			
6日 （木）	大豆水煮	20 g	1	豆	7日 （金）	鶏肉	10 g	1	鶏	8日 （土）	ハンバーグ	1 こ	1	豆 鶏 豚
	にんにく	0.3 g	4			土しょうが	0.5 g	4			トマトケチャップ	7 g		
	土しょうが	0.3 g	4			砂糖	2 g	5			トマトピューレ	7 g	3	
	じゃがいも	50 g	5			本みりん	1 g				砂糖	0.4 g	5	
	たまねぎ	50 g	4			清酒	0.5 g				粉からし	0.04 g		
9日 （土）	にんじん	20 g	3		10日 （月）	こいくちしょうゆ	4 g		麦 豆	11日 （火）	コンソメスープ			
	グリーンピース	5 g	4			でんぶん	0.4 g	5			ベーコン	7 g	1	豚
	カレールウ(辛口)	5 g	6	麦 豆 り		沢煮碗					じゃがいも	30 g	5	
	カレールウ(甘口)	12 g	6	麦 豆		豚肉	15 g	1	豚		たまねぎ	30 g	4	
	トマトケチャップ	3 g				ごぼう	20 g	4			にんじん	15 g	3	
12日 （水）	トンカツソース	2 g			13日 （木）	だいこん	20 g	4		14日 （金）	●小松菜	15 g	3	
	ウスターソース	1 g				たまねぎ	15 g	4			みそ	8 g	1	豆
	コンソメ	1.8 g				にんじん	15 g	3			白みそ	2 g	1	豆
	塩	0.1 g				干しいたけ	1 g	4			だしパック	3 g		鯖
	こしょう	0.04 g				白ねぎ	4 g	4		15日 （土）	豚肉とごぼうの炒め物			
16日 （日）	牛乳	1 本	2	乳	17日 （月）	だしパック	5 g		鯖 麦 豆		豚肉	20 g	1	豚
	ツナ	10 g	1			うすくちしょうゆ	8 g				ごぼう	20 g	4	
	たまねぎ	20 g	4			本みりん	1 g				●つきこんにやく	5 g	5	
	きゅうり	10 g	4			清酒	1 g				にんじん	5 g	3	
	キャベツ	15 g	4		18日 （火）	塩	0.1 g		麦 豆		本みりん	1 g		
19日 （水）	和風ドレッシング	6 g	6	麦 豆 鶏 豚 り	19日 （水）	こしょう	0.05 g				清酒	1 g		
	ヨーグルト					こんにやくのきんぴら					砂糖	1 g	5	
	ヨーグルト	1 こ	2	乳 ゼ'		鶏肉	10 g	1	鶏		こいくちしょうゆ	2 g		麦 豆
						●つきこんにやく	25 g	5						
						にんじん	6 g	3						
20日 （木）					21日 （金）	平天	10 g	1	豆	22日 （土）				
						砂糖	1 g	5						
						こいくちしょうゆ	2 g		麦 豆					
23日 （土）					24日 （日）					25日 （月）				
26日 （火）					27日 （水）					28日 （木）				
29日 （金）					30日 （土）					31日 （日）				
1日 （月）					2日 （火）					3日 （水）				
4日 （火）					5日 （水）					6日 （木）				
7日 （金）					8日 （土）					9日 （日）				
10日 （月）					11日 （火）					12日 （水）				
13日 （土）					14日 （日）					15日 （月）				
16日 （火）					17日 （水）					18日 （木）				
19日 （日）					20日 （月）					21日 （火）				
22日 （火）					23日 （水）					24日 （木）				
25日 （金）					26日 （土）					27日 （日）				
28日 （月）					29日 （火）					30日 （水）				
31日 （火）					1日 （水）					2日 （木）				
3日 （金）					4日 （土）					5日 （日）				
6日 （月）					7日 （火）					8日 （水）				
9日 （木）					10日 （金）					11日 （土）				
12日 （日）					13日 （月）					14日 （火）				
15日 （水）					16日 （木）					17日 （金）				
18日 （土）					19日 （日）					20日 （月）				

日	材料名	分量	6群	アレルギー	日	材料名	分量	6群	アレルギー	日	材料名	分量	6群	アレルギー
20日（木）	ごはん				21日（金）	ごはん				25日（火）	ごはん			
	●精白米	100 g	5			●精白米	100 g	5			●精白米	100 g	5	
	牛乳	1 本	2	乳		牛乳	1 本	2	乳		牛乳	1 本	2	乳
	焼き餃子	3 こ	1	大豆鶏豚		かつおカツ	1 こ	1	麦 豆		焼きししゃも	2 尾	1	
	八宝菜					揚げ油	6 g	6			カレーうどん			
	豚肉	40 g	1	豚		すまし汁					●吉野葛入りうどん	50 g	5	麦
	ちくわ	15 g	1			うす揚げ	9 g	1	豆		豚肉	20 g	1	豚
	たまねぎ	30 g	4			かまぼこ	10 g	1			清酒	1.5 g		
	白菜	30 g	4			たまねぎ	30 g	4			たまねぎ	20 g	4	
	チンゲンサイ	30 g	3			ごぼう	20 g	4			にんじん	12 g	3	
	たけのこ	20 g	4			にんじん	10 g	3			●青ねぎ	8 g	3	
	にんじん	15 g	3			●青ねぎ	6 g	3			●ぶなしめじ	10 g	4	
	●青ねぎ	6 g	3			えのきたけ	10 g	4			カレールウ(甘口)	8 g	6	麦 豆
	土しょうが	1 g	4			土しょうが	0.3 g	4			カレールウ(辛口)	4 g	6	麦 豆
	きくらげ	1.2 g	4			本みりん	1 g				うすくちしょうゆ	3 g		麦 豆
	干しいたけ	0.5 g	4			清酒	1.2 g				本みりん	3 g		
	清酒	1.5 g				うすくちしょうゆ	5 g		麦 豆		カレー粉	0.12 g		
	オイスターソース	1 g				だしパック	3 g		麦 豆		だしパック	2 g		鯖
	中華スープ	3 g		豆 鶏 豚		だし昆布	1 g				れんこんの炒め物			
	うすくちしょうゆ	2.5 g		麦 豆		鶏肉	20 g	1	鶏		れんこん	20 g	4	
	でんぷん	2 g	5			キャベツ	25 g	4			鶏ひき肉	15 g	1	鶏
20日（木）	中華和え				21日（金）	にんじん	10 g	3	麦 豆	25日（火）	たまねぎ	15 g	4	
	だいこん	20 g	4			うすくちしょうゆ	2 g				にんじん	5 g	3	
	きゅうり	15 g	4			砂糖	1 g	5			土しょうが	0.5 g	4	
	にんじん	8 g	3			でんぷん	0.8 g	5			清酒	1 g		
	ホールコーン	5 g	4								砂糖	1 g	5	
	ごま油	0.3 g	6	ゴ							こいくちしょうゆ	1.5 g		麦 豆
	砂糖	2 g	5								でんぷん	0.1 g	5	
	こいくちしょうゆ	2 g		麦 豆										
	穀物酢	2 g												
エネルギー		785	kcal		エネルギー		745	kcal		エネルギー		760	kcal	
たんぱく質		30.7	g		たんぱく質		27.7	g		たんぱく質		30.6	g	

●は、奈良県内で栽培されたものまたは、奈良県内で製造加工されたものです。

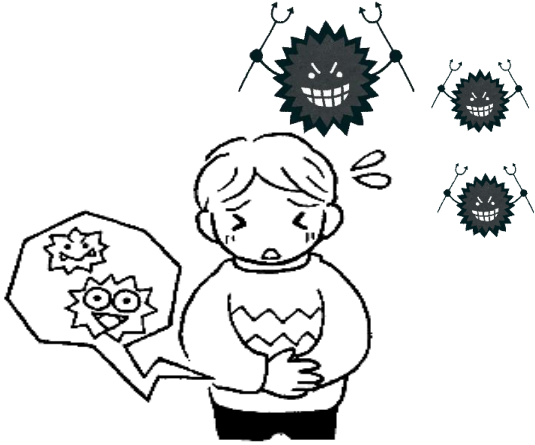
☆献立は都合により変更になることがあります。

～～ノロウイルス感染症に注意！！～～

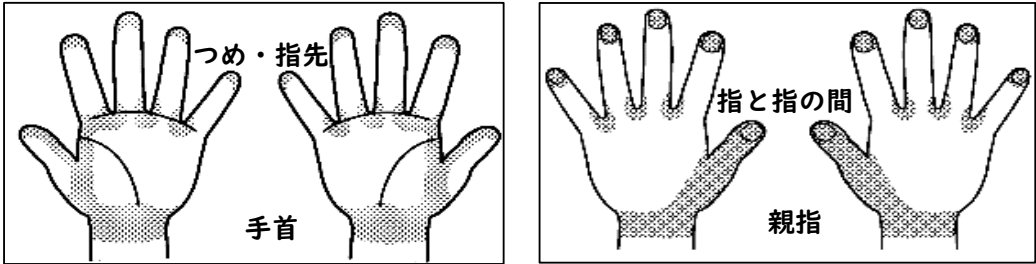
ノロウイルス感染症は、ノロウイルスにより引き起こされる急性胃腸炎で、特に冬季に流行します。感染力がとても強く、予防・注意が必要です。予防には、手洗いが有効です。洗い残しやすい箇所を確認して、しっかり手洗いをしましょう。

主な症状

- ・下痢
 - ・嘔吐
 - ・腹痛
 - ・発熱
- など



洗い残しやすい場所



色のついている箇所が洗い残しが多い場所です。

手を洗う時は、石けんを泡立て、手のひら→指と指の間→つまめと指先→手の甲→親指→手首など、順番を決めると洗い残しがなくなります。

30秒間の手洗いを2回繰り返すことが効果的です。

手を洗った後は清潔なハンカチなどで手をふきましょう！

「アレルギー」項目

特定義務表示8品目ならびに推奨義務表示20品目をすべて記載してます。（下図参照）

特定義務表示8品目及び推奨表示20品目の略字表記							
卵	卵	麦	小麦	ヒ	落花生	蟹	かに
乳	乳	蕎	そば	エ	えび	く	くるみ
ア	アーモンド	か	カシューナッツ	ゴ	ごま	マ	まつたけ
鮑	あわび	キ	キウイフルーツ	鮭	さけ	桃	もも
ｲ	いか	牛	牛肉	鯖	さば	芋	やまいも
ら	いくら	鶏	鶏肉	豆	大豆	り	りんご
れ	オレンジ	豚	豚肉	ﾊ	バナナ	ゼ	ゼラチン

6つの基礎食品群

1群の食品	2群の食品	3群の食品	4群の食品	5群の食品	6群の食品
肉・魚・卵 豆・豆製品	牛乳・乳製品 小魚・海藻	緑黄色野菜	その他の野菜 果物	米・パン・めん いも・砂糖	油脂

2月 平均栄養量

エネルギー kcal	たんぱく質 g	脂質 g	カルシウム mg	マグネシウム mg	鉄 mg	ビタミンA μ g RE	ビタミンB ₁ mg	ビタミンB ₂ mg	ビタミンC mg	食物繊維 g
753	29.5	21.3	401	106	4.4	284	0.76	0.58	30	6.5

献立表について

献立ごとに、材料・分量・食品群別・アレルギーについて記載しております。また、各日のエネルギー量・たんぱく質の量を示しています。

広陵町及び香芝市教育委員会のホームページにおいて、冷凍加工食品等の原材料・アレルギーの分かる資料を公開しています。

（QRコードより各ページに飛ぶことができます。）

広陵町イメージキャラクター
かぐやちゃん



広陵町
教育委員会HP



香芝市
教育委員会HP

香芝市イメージキャラクター
カッシー



