

## 2月 こんだてひょう

※都合により食材の一部を変更することがあります。  
※調理加工品を使用した場合は、主な材料で<sup>あか</sup>赤・<sup>き</sup>黄・<sup>みどり</sup>緑に分類しています。

# 香芝市教育委員會

## 小学校

日	材料名	分量	3色	アレルゲン	日	材料名	分量	3色	アレルゲン	日	材料名	分量	3色	アレルゲン	日	材料名	分量	3色	アレルゲン
2日(月)	きつねごはん	75g	黄		3日(火)	こめこパン	1c	黄	乳 麦	4日(水)	ごはん	80g	黄		5日(木)	ごはん	80g	黄	
	こめ	15g	赤			こめこパン	1c	黄	乳		ごめ	80g	黄			こめ	80g	黄	
	あぶらあげ	2g				ぎゅうにゅう	1本	赤	乳		ぎゅうにゅう	1本	赤	乳		ぎゅうにゅう	1本	赤	乳
	せいしゅ	2g				ぎゅうにゅう	1本	赤	乳		ぎゅうにゅう	1本	赤	乳		ぎゅうにゅう	1本	赤	乳
	さとう	5g				ポークチャップ	45g	赤	豚		あげだしどうふ	1c	赤	麦 豆		さわらのさいきょうやき	1c	赤	麦豆
	こいくちしようゆ	2.5g				ぶたにく	0.02g	黄			あげだしどうふ	1c	赤	麦豆		さわらのさいきょうやき	1c	赤	麦豆
	みりん	0.1g				こしとう	1g				こめあぶら	6g				くきわかめのきんぴら	15g	赤	鶏
	だしこんぶ	1g				こめあぶら	1g				さとう	1g				とりにく	0.2g	赤	鶏
	かつおパック	1g				あかぶどうしゅ	0.5g				うすくちしようゆ	2.5g				しおが	0.5g	赤	鶏
	みず	10g				たまねぎ	20g	緑			みりん	0.5g				かわらのさいきょうやき	6g	赤	鶏
	ぎゅうにゅう	1本	赤	乳		ソテーオニオン	5g				かつおパック	0.1g				さわらのさいきょうやき	10g	赤	鶏
	ぎゅうにゅう	1本	赤	乳		トマトケチャップ	7g				にぼし	0.1g				ごぼう	1.2g	赤	鶏
	いわしのしょうがに	1c	赤	乳		ウスターーソース	1.3g	黄			みず	0.5g				さとう	1g	赤	鶏
	いわし	1.4g	緑			さとう	0.2g				かたくりこ	0.5g				せいしゅ	1g	赤	鶏
	しょうが	1.3g				コンソメ	0.3g				ぎゅうにくとみすなのいたために	12g	赤	牛		こいくちしようゆ	2g	赤	麦豆
	さとう	1.3g				こまつなソテー	20g	緑			ぎゅうにく	0.5g				かきたまじる	20g	赤	麦豆
	せいしゅ	0.9g				こまつな	25g				こめあぶら	10g				たまご	20g	赤	麦豆
	みりん	1.7g				キヤベツ	0.3g				せいしゅ	30g				あぶらあげ	5g	赤	麦豆
	こいくちしようゆ	1.7g				こめあぶら	0.3g				みずな	2.5g				にんじん	5g	赤	麦豆
	みず	11g				コンソメ	0.1g				はくさい	1.8g				たまねぎ	4g	赤	麦豆
	しゅんきくのごまあえ	8g	緑			しお	0.1g				こいくちしようゆ	2.5g				だしこんぶ	0.5g	赤	麦豆
	しゅんきく	45g				こしょ	0.01g				さとう	1.8g				かつおパック	2.5g	赤	麦豆
	はくさい	1.5g	黄			こしょ	0.1g				みず	135g				こいくちしようゆ	2g	赤	麦豆
	(旬)	0.3g	黄			みず													
	ごま	1g	麦	豆															
	さとう																		
	こいくちしようゆ																		
	けんちんじる	20g	赤																
	とうふ	10g	黄																
	こんにゃく	6g	緑																
	ごぼう	20g	黄																
	さといも	6g	緑																
	にんじん	6g	緑																
	たいこん	10g	緑																
	あおねぎ	5g	緑																
	だしこんぶ	0.5g	緑																
	かつおパック	2.5g	緑																
	こいくちしようゆ	2g	緑																
	しお	0.3g	黄																
	かたくりこ	2g	黄																
	みず	130g	黄																
	せつぶんまめ	1c	赤	豆															
	せつぶんまめ(だいす)																		
	エネルギー	595	kcal																
	たんぱく質	26.4	g																
	脂質	17.8	g																
6日(金)	ガーリックライス	75g	黄		9日(月)	むぎごはん	72g	黄		10日(火)	パン	1c	黄	乳 麦	12日(木)	あぶらふどんぶり	72g	黄	
	こめ	10g	赤			こめ	8g	黄			パン	1c	黄	乳 麦		むぎ	8g	黄	
	ペーコン	5g	緑			むぎ					ぎゅうめん	6g				あぶらふ	8g	黄	
	ソテーオニオン	2g	緑			ぎゅうにゅう	1本	赤	乳		ふしそうめん	4g				たまご	25g	黄	
	にんにく	0.4g	緑			ぎゅうにゅう	1本	赤	乳		あぶらあげ	25g				にんじん	15g	黄	
	コンソメ	0.5g	緑			まぐろメンチカツ	1c	赤	麦豆		だいこん	25g				たまねぎ	85g	黄	
	しお					まぐろメンチカツ	5g				たまねぎ	6g				しろねぎ	15g	黄	
	ぎゅうにゅう	1本	赤	乳		こめあぶら	5g				かつお	6g				あおねぎ	5g	黄	
	ぎゅうにゅう	1本	赤	乳		ほうれんそうのしらあえ	12g	赤	豆		パウダー	6g				こめあぶら	0.5g	黄	
	ミラノふうからあげ	1c	赤	鶏		どうふ	20g	赤			あかぶどうしゅ	4g				さとう	2.5g	黄	
	とりにくでのんぶんつき	0.01g	赤																

# 2月 こんだてひょう

※都合により食材の一部を変更することがあります。  
※調理加工品を使用した場合は、主な材料で赤・<sup>あか</sup>き・<sup>き</sup>緑に分類しています。

香芝市教育委員會

## 小学校

※今月使用の地場産物（奈良県や香芝市でとれたもの）は、下線で示しています。

※一般的に魚は、えび・かにを捕食している可能性があります。

※ 「●」印の日は、はしがつきます。

## 「アレルゲン」項目

特定原材料8品目と特定原材料に準ずるもの20品目を記載しています。

特定原材料8品目と特定原材料に準ずるもの20品目の略語表記							
エビ	えび	蟹	かに	麦	小麦	蕎	そば
卵	卵	乳	乳	ピ	落花生	ア-	アーモンド
鮑	あわび	イカ	いか	ラ	いくら	札	オレンジ
カン	カシューナッツ	キ	キウイフルーツ	牛	牛肉	く	くるみ
ゴ	ごま	鮭	さけ	鯖	さば	豆	大豆
鶏	鶏肉	バ	バナナ	豚	豚肉	マカ	マカダミアナッツ
モモ	もも	芋	やまいも	リ	りんご	ゼ	ゼラチン



かしばしきょういくいいんかい  
香芝市教育委員会のホームページでは、食材の産地や冷凍加工  
しょくひんなど げんざいりょう わ しりょう こうかい  
食品等の原材料・アレルゲンの分かる資料を公開しています。

目平均栄養価 エネルギー 620kcal/100g、たんぱく質 25.5g/100g、脂質 20.1g/100g

# やまとやさい 大和野菜

『大和野菜』には、奈良県の特産品として特徴をアピールできる「大和の伝統野菜」と「大和のこだわり野菜」があります。

# 「大和の伝統野菜」

昔から奈良県で生産されていることが確認されている品種です。  
地域の歴史や文化を受け継いだ特別な栽培方法などによって「味、香り、形態、来歴」などに特徴があります。  
給食で使っている「大和まな」も大和の伝統野菜の一つです。

# 「大和のこだわり野菜」

栽培や収穫・出荷に手間をかけ、栄養やおいしさを増した  
こだわりの野菜や奈良県オリジナルの野菜です。  
大和ふとねぎや香りごぼうなどがあります。

がつ にち もく きゅうしょく やまと でんとうやさい ひと かたひら  
2月19日(木)の給食では「太和の伝統野菜」の一つである「片平あかね」がでます!

## 【片平あかわ】

「かぶ」といえば白くて丸いものを思い浮かべる人が多いと思いますが、奈良県の山添村では、根の先まで赤くて細長いかぶが昔から栽培されています。漬物やサラダなどに使われます。給食では酢につけることで芯まできれいな赤い色にそまったく片平あかねの漬物を使い、おひたしにしています。

