

令和7年度 2月献立表

日	献立名	飲用牛乳	赤の仲間 血や肉になる	黄の仲間 熱や力の元になる	緑の仲間 体の調子を整える	I類 [※] (Kcal) たんぱく質 (g)
2月	菜飯(ひき肉入り)	○	豚ひき肉	米,米粒麦,ごま油	小松菜	817 33.7
	大根と豚肉のべっこう煮		豚肉,さつま揚げ	砂糖,こんにやく,さといも,でん粉	たまねぎ,大根,にんじん	
	たこべったん		だこ(ゆで),調理用牛乳,鶏卵,かつお節,かつお節粉	小麦粉,大豆白絞油	にんじん,スイートコーン,長ねぎ,キャベツ	
3火	ソフト麺	○	豚ひき肉,大豆	ソフト麺	にんにく,古根生姜,切り,にんじん,たまねぎ,マツタケ,水煮,トマト,缶詰	804 38.9
	ミートソース		ホーカム,ひよこまめ(乾),大豆,赤いんげん豆(乾),青大豆	オリーブ油,三温糖,油,バター,小麦粉	キャベツ,にんじん,きゅうり,スイートコーン	
	まめまめサラダ		鶏肉	油,砂糖,大豆白絞油	古根生姜,にんじん,白菜,もやし,小松菜	
	野菜スープ					
4水	午前中授業(給食はありません)					
5木	ごまトースト	○		食パン,ソフトマーガリン,白すりごま,白ねりゴマ,グラニュー糖,砂糖		784 27.8
	さつま芋のシチュー		鶏肉,調理用牛乳,豆乳,生クリーム	油,さつま芋,じゃがいも,バター,小麦粉	たまねぎ,にんじん,古根生姜,マツタケ,水煮	
	糸寒天サラダ		糸寒天	油,ごま油,砂糖,白すりごま,白いりごま	にんじん,キャベツ,小松菜,たまねぎ	
6金	そぼろ丼	○	鶏ひき肉,大豆	米,米粒麦,油,砂糖	ごぼう	827 39.1
	鶏ささみの海苔チーズ春巻き		鶏肉ささ身,棒チーズ,焼きのり	春巻きの皮,小麦粉,大豆白絞油	古根生姜	
	人気投票みそ汁		昆布(だし),油揚げ,木綿豆腐,乾燥カットわかめ,麦みそ,白みそ			
9月	キムチチャーハン	○	豚肉,鶏卵	米,米粒麦,油,砂糖	にんじん,長ねぎ,はくさい,キムチ漬	720 28.8
	ナムル			ごま油,砂糖,白いりごま	もやし,にんじん,小松菜	
	わかめスープ		木綿豆腐,乾燥カットわかめ	白いりごま,ごま油	古根生姜,にんじん,キャベツ,長ねぎ	
	ぶどうゼリー		粉寒天	砂糖	ぶどうジュース	
10火	ご飯	○		米,米粒麦		747 36.9
	すき焼き風煮		豚肉,高野豆腐,焼き豆腐	油,つきこんにやく,砂糖	にんじん,白菜,長ねぎ	
	魚の唐揚げねぎソースかけ		すけとうだら	でん粉,大豆白絞油,砂糖,ごま油	長ねぎ,古根生姜	
11水	建国記念の日					
12木	カレーうどん	○	昆布(だし),豚肉,ナルト	冷凍うどん,油,小麦粉,でん粉	たまねぎ,にんじん,長ねぎ,小松菜	706 31.8
	梅おかか和え		かつお節粉	砂糖	きゅうり,もやし,梅干し(塩漬)	
	りんごのヨーグルトかけ		プレーンヨーグルト	三温糖	りんご,レモン果汁	
13金	ベーコンピラフ	○	ベーコン	米,米粒麦,オリーブ油	古根生姜,たまねぎ,にんじん,マツタケ,水煮,スイートコーン,乾燥パセリ	866 28.8
	コーンフ레이크チキン		鶏肉切り身	小麦粉,コーンフ레이크,大豆白絞油		
	千切り野菜のスープ				古根生姜,キャベツ,にんじん,たまねぎ,えのきたけ	
	おから入りココアブラウニー		生おから,鶏卵,調理用牛乳,ココア	小麦粉,三温糖,バター,チョコチップ,粉砂糖		
16月	豆乳みそラーメン	○	豚肉,白みそ,赤みそ,豆乳	生ラーメン,ごま油,ラー油	にんにく,古根生姜,たまねぎ,にんじん,もやし,スイートコーン,長ねぎ,にら	738 32.4
	ツナと昆布のサラダ		塩昆布,オイルツナライト	ごま油,砂糖	にんじん,キャベツ,小松菜	
	杏仁豆腐		粉寒天,調理用牛乳	砂糖	パクチット缶,黄桃ダイス缶	
17火	キャロットライスクリームソースかけ	○	鶏肉,調理用牛乳,豆乳,生クリーム	米,米粒麦,バター,油,小麦粉	にんじん,たまねぎ,本しめじ,古根生姜	765 25.0
	じゃこわかめサラダ		ちりめんじゃこ,乾燥カットわかめ	油,三温糖	キャベツ,きゅうり,にんじん,もやし,たまねぎ,りんご	
	ぼんかん				ぼんかん	
18水	丸パン	○		ミルクパン		758 26.5
	野菜コロッケ		豚ひき肉,調理用牛乳	油,じゃがいも,バター,ホトケルク,小麦粉,生パン粉,ドライパン粉,大豆白絞油	にんじん,たまねぎ,スイートコーン	
	ゆで野菜				キャベツ,にんじん	
	レンズ豆入りトマトスープ		ベーコン,レンズ豆	オリーブ油	古根生姜,にんにく,たまねぎ,本しめじ,にんじん,キャベツ,トマト缶詰,マッシュルーム,缶詰	
19木	わかめごはん	○	わかめごはんの素	米,米粒麦		711 32.3
	豆腐の中華煮		豚肉,木綿豆腐	油,でん粉,ごま油	にんにく,古根生姜,にんじん,たまねぎ,長ねぎ,白菜	
	春雨サラダ		ボークハム	緑豆はるさめ(乾),三温糖,ごま油	にんじん,もやし,小松菜	
	りんご				りんご	
20金	ごはん	○		米,米粒麦		816 36.7
	のりとひじきの佃煮		焼きのり,干ひじき(乾)	砂糖,水あめ		
	さばのみそ煮風		さば,赤みそ,白みそ	砂糖,でん粉	古根生姜	
	ごま和え			砂糖,白ねりゴマ,白いりごま,白すりごま	にんじん,もやし,キャベツ,小松菜	
	すいとん		昆布(だし),豚肉,油揚げ	油,白玉粉,小麦粉	大根,にんじん,白菜,長ねぎ	
不知火オレンジ				不知火オレンジ		
23月	天皇誕生日					
24火	定期考査(給食はありません)					
25水	定期考査(給食はありません)					
26木	親子丼	○	鶏肉,鶏卵,刻みのり	米,米粒麦,砂糖,でん粉	にんじん,たまねぎ	776 36.6
	わかさぎの磯部揚げ		わかさぎ,鶏卵,青のり	大豆白絞油,小麦粉,でん粉		
	根菜汁		昆布(だし)		ごぼう,にんじん,えのきたけ,大根,小松菜,長ねぎ	
27金	ココアパン	○		ココアパン		748 30.2
	シェパースパイ		調理用牛乳,豚ひき肉,大豆,ひよこ豆,ピザ用チーズ	じゃがいも,バター	にんにく,たまねぎ,古根生姜,トマト缶詰,乾燥パセリ	
	ABCマカロニスープ		鶏肉,木綿豆腐	油,ABCマカロニ	にんじん,たまねぎ,大根,本しめじ	
	清美オレンジ				清見オレンジ	

*食材の購入ならびに学校行事等の都合により献立を変更することがあります。