

令和7年2月分

学 校 給 食 献 立 表

2/3 月 ～ 2/28 金

★は茶わんの日、◆は新献立のある日です

実 施 日	献 立 名	食 品 名	実 施 日	献 立 名	食 品 名
2/3 月	ミニこくとうパン 牛乳 カレーマカロニ レモンあえ	【ミニこくとうパン 【ぶた肉、マカロニ、たまねぎ、じゃがいも、にんじん、土しょうが、にんにく、油、とりがらスープ、ウスターソース、しょうゆ濃、純カレー粉、砂糖、塩、〈水〉 【いか、キャベツ、きゅうり、にんじん、レモン、しょうゆ淡、砂糖、みりん	2/17 月	こんさいピラフ 牛乳 白菜スープ じゃがベーコン	【米、ごぼう、にんじん、れんこん、油、しょうゆ淡、塩、こしょう、〈水〉 【とり肉、はくさい、チンゲンサイ、にんじん、ポーンストック、とりがらスープ、しょうゆ淡、しょうゆ濃、塩、こしょう、でんぶん、〈水〉 【ベーコン、じゃがいも、油、塩、こしょう
2/4 火	ごはん 牛乳 わかめのスープ ビビンバ	【米 【ぶた肉、とうふ、はくさい、にんじん、干しわかめ、ポーンストック、とりがらスープ、しょうゆ淡、塩、〈水〉 【牛肉、にんにく、油、砂糖、しょうゆ濃、たまご、サラダ油、もやし、ほうれんそう、にんじん、しょうゆ濃、砂糖、ごま油、ラー油、きざみのり	2/18 火 ★ はし	ごはん 牛乳 とうふチゲ ナムル	【米 【ぶた肉、とうふ、キャベツ、はくさいキムチ、にんじん、ニラ、油、ポーンストック、赤だしみそ、しょうゆ濃、しょうゆ淡、塩、こしょう、トウバンジャン、〈水〉 【ふともやし、ほうれんそう、にんじん、しょうゆ濃、ごま油、塩
2/5 水 はし	バターパン 牛乳 ビーフンソーテー こんさいピーンズ	【バターパン 【ビーフン、ぶた肉、かまぼこ、キャベツ、たまねぎ、にんじん、油、ポーンストック、しょうゆ淡、ごま油、塩、こしょう 【だいず、でんぶん、れんこん、さつまいも、油、砂糖、しょうゆ濃、〈水〉	2/19 水 ★ はし	ごはん 牛乳 かす汁 きんぴらごぼう そくせきづけ	【米 【鮭、うすあげ、つきこんにやく、だいこん、にんじん、みそ、酒かす、けずりぶし、〈水〉 【ちくわ、あかつきこんにやく、ごぼう、にんじん、白ごま、とうがらし、油、三温糖、しょうゆ濃、しょうゆ淡、みりん、ごま油、けずりぶし、〈水〉 【はくさい、白ごま、しょうゆ濃、塩
2/6 木 ★ はし	ひじきごはん 牛乳 きつねうどん しゅんぎくのおひたし	【米、めひじき、うすあげ、にんじん、しょうゆ濃、酒、みりん、塩、けずりぶし、〈水〉 【うどん、とり肉、かまぼこ、にんじん、しょうゆ淡、みりん、けずりぶし、〈水〉、うすあげ、しょうゆ淡、三温糖、けずりぶし、〈水〉 【はくさい、しゅんぎく、にんじん、しめじ、しょうゆ濃、みりん、けずりぶし、〈水〉	2/20 木 ★ はし	しめじごはん 牛乳 ゆばのすまし汁 けんちんあげ	【米、うすあげ、しめじ、にんじん、しょうゆ濃、しょうゆ淡、酒、塩、だしこんぶ、けずりぶし、〈水〉 【とり肉、ゆば、はくさい、にんじん、ねぎ、しょうゆ淡、みりん、塩、けずりぶし、〈水〉 【とうふ、ちくわ、つきこんにやく、にんじん、ごぼう、めひじき、小麦粉、でんぶん、しょうゆ淡、砂糖、油
2/7 金 ★ はし	ごはん 牛乳 すまし汁 さわらの柚庵焼き そくせきづけ	【米 【とうふ、はくさい、えのきたけ、にんじん、しょうゆ淡、みりん、塩、けずりぶし、〈水〉 【さわら、ゆず、しょうゆ濃、酒、みりん、三温糖、油 【かぶ、白ごま、しょうゆ濃、塩	2/21 金 ★ はし	ごはん 牛乳 ちくせん煮 おひたし	【米 【とり肉、こんにやく、さといも、にんじん、ごぼう、れんこん、さやいんげん、干しいたけ、油、しょうゆ濃、三温糖、みりん、けずりぶし、〈水〉 【はくさい、ほうれんそう、しょうゆ濃、みりん、けずりぶし、〈水〉
2/10 月 ★ はし	ごはん 牛乳 中華風ごも煮 あますあえ	【米 【ぶた肉、だいず、じゃがいも、たまねぎ、にんじん、さやいんげん、干しいたけ、油、ポーンストック、しょうゆ濃、しょうゆ淡、三温糖、塩、でんぶん、〈水〉 【ツナ、きゅうり、干しわかめ、酢、砂糖、しょうゆ濃、みりん	2/25 火 はし	ミニパン 牛乳 焼きそば ブロッコリーのおかかあえ	【ミニパン 【スパゲティ、ぶた肉、いか、キャベツ、たまねぎ、にんじん、ねぎ、油、とんかつソース、ウスターソース、塩、こしょう 【ブロッコリー、にんじん、はなかつお、しょうゆ濃
2/12 水 ★ はし	ごはん 牛乳 とりすき ほうれん草と卵のサラダ	【米 【とり肉、糸こんにやく、はくさい、たまねぎ、にんじん、しろねぎ、ふ、油、しょうゆ濃、三温糖 【たまご、サラダ油、ツナ、ほうれんそう、酢、ごま油、しょうゆ濃、塩、トウバンジャン	2/26 水 ★ はし	ごはん 牛乳 豚肉と厚揚げの炒め煮 きびなごのからあげ	【米 【ぶた肉、あつあげ、はくさい、こまつな、にんじん、油、しょうゆ濃、三温糖、みりん 【きびなご、塩、こしょう、でんぶん、油
2/13 木 はし	コッペパン 牛乳 かぶのスープ いかのフライ ポイルキャベツ	【コッペパン 【ベーコン、かぶ、たまねぎ、チンゲンサイ、油、ポーンストック、とりがらスープ、しょうゆ淡、塩、こしょう、ペイリーフ、〈水〉 【いか、塩、こしょう、パン粉、小麦粉、〈水〉、油、とんかつソース、ケチャップ 【キャベツ	2/27 木 ◆	コッペパン 牛乳 ワートルゾーイ ミートサンド	【コッペパン 【とり肉、たまねぎ、にんじん、しろねぎ、マッシュルーム、セロリー、レモン、油、牛乳、マーガリン、小麦粉、とりがらスープ、塩、こしょう、ペイリーフ、〈水〉 【ぶたひき肉、ベーコン、たまねぎ、にんじん、にんにく、油、ケチャップ、トマトピューレ、ウスターソース、赤ぶどう酒、とんかつソース、でんぶん、塩、こしょう
2/14 金 ★ はし	ごはん 牛乳 かんと煮 白菜とひじきのサラダ	【米 【とり肉、こんにやく、あつあげ、さがきてんぶら、じゃがいも、だいこん、にんじん、さやいんげん、しょうゆ濃、しょうゆ淡、三温糖、みりん、けずりぶし、〈水〉 【はくさい、きゅうり、にんじん、はなかつお、めひじき、サラダ油、しょうゆ淡、酢、塩	2/28 金 ★ はし	ゆかりご飯 牛乳 レタスのスープ おこのみ焼き	【米、ゆかり粉 【ぶた肉、でんぶん、レタス、にんじん、干しいたけ、ポーンストック、とりがらスープ、しょうゆ淡、塩、こしょう、〈水〉 【ぶた肉、いか、にんじん、塩、こしょう、キャベツ、ねぎ、小麦粉、ながいも、塩、けずりぶし、〈水〉、油、とんかつソース、ウスターソース

児童1人1回あたり
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	亜鉛 mg	ビタミンA μgRAE	ビタミンB1 mg	ビタミンB2 mg	ビタミンC mg	食塩 g
学年 1・2年	477	20.5	16	307	75	2	2.4	186	0.34	0.48	21	1.9
学年 3・4年	548	23.4	17.8	326	87	2.4	2.8	213	0.41	0.52	26	2.3
学年 5・6年	620	26.3	19.5	345	98	2.8	3.1	239	0.46	0.56	31	2.6

- パンは、個包装にされたものが提供されます。持ち帰りは出来ません。
- 魚には骨がありますので、気を付けてよくかんで食べましょう。
- 毎月の給食だよりや献立表は、教育委員会のホームページからもご覧いただけます。
- 都合により献立を変更する場合がありますので、ご了承ください。