

2月予定献立表

《今月のめあて》

2月 なんでもたべて じょうぶなからだをつくろう

令和7年度 2月 給食回数 18 回				北町調理場		
日	曜	こ ん だ て	牛 乳 等	つかうもの(材料)	コ メ ン ト	
				体をつくる(あか)		
2 月	月	スタミナどん ワンタンスープ いちご	ヨ	ぶたにくとりにく かつおぶし こんぶ ヨーグルト	こめ おしむぎ あぶら こんにゃく さとう でんぶん ワンタンのかわ ごまあぶら	ながねぎ にら たまねぎ ほししいたけ にんにく しょうが もやし にんじん キヤベツ いちご
3 火	火	いわしのかばやきどん まめとんじる いよかん	〇	いわし ぶたにく だいす みそ かつおぶし こんぶ ぎゅうにゅう	こめ おしむぎ あぶら でんぶん こむぎこ さとう こんにゃく	しょうが だいこん ごぼう こまつな にんじん ながねぎ いよかん
4 水	水	むぎごはん いもにじる まめこつくね ひじきのあまからいため	〇	ぶたにく かつおぶし こんぶ とりにく だいす みそ ひじき ぎゅうにゅう	こめ おしむぎ あぶら さといも こんにゃく ごまあぶら マヨネーズ パンこ さとう でんぶん	にんじん ながねぎ だいこん こまつな たまねぎ えだまめ ホールコーン キヤベツ しょうが
5 木	木	セルフサンド (コッペパン・レバーソーセージかつ) やさいたっぷりスープ コーンとほうれんそうのソテー	〇	レバーソーセージ ベーコン とりがら ぶたがら ぎゅうにゅう	パン こむぎこ パンこ あぶら じゃがいも さとう	キヤベツ たまねぎ にんじん こまつな ほうれんそう ホールコーン しめじ
6 金	金	スパゲッティミートソース やさいとソナのソテー ぐりとぐらのカステラ	〇	ぶたにく だいす ソナ たまご ぎゅうにゅう	スパゲッティ あぶら さとう こむぎこ ごまあぶら はちみつ	たまねぎ にんじん にんにく マッシュルーム トマトジュース ホールトマト キヤベツ こまつな
9 月	月	むぎごはん うめひじきふりかけ みだくさんじる さわらのたつたあげ うどのきんぴら	ヨ	ひじき ちりめんじやこ かつおぶし あおのり ぶたにく あぶらあげ こんぶ さわら ヨーグルト	こめ おしむぎ ごま さとう あぶら こんにゃく ごまあぶら でんぶん	うめぼし にんじん ながねぎ しめじ だいこん しょうが れんこん うど
10 火	火	ピビンパ (むぎごはん・にくそぼろ・ボイルやさい・タレ) ピーナッツスープ デコボン	〇	だいす ぶたにく みそ とりにく とりがら ぶたがら ぎゅうにゅう	こめ こめつぶむぎ あぶら さとう ごまあぶら ごま ピーナッツ	にんにく しょうが だいすも やし ほうれんそう にんじん たけのこ たまねぎ ながねぎ こまつな デコボン
12 木	木	ピザサンド ポトフ キヤベツとコーンソテー	〇	ベーコン チーズ レバーソーセージ ぶたにく とりがら ぶたがら ソナ ぎゅうにゅう	パン あぶら じゃがいも	たまねぎ ピーマン にんじん はくさい こまつな セロリ にんにく キヤベツ もやし ホールコーン
13 金	金	ながさきチャンポン あげポールとだいこんのにもの チョコチップパンケーキ	〇	ぶたにく えび かまぼこ かつおぶし あげポール ぎゅうにゅう たまご	うどん あぶら さとう こむぎこ チョコ バター	もやし キヤベツ ながねぎ にんじん にんにく しょうが だいこん こまつな
16 月	月	むぎごはん わかめのスープ あげきょうざ チャップudチエ(うどいりチャップチエ)	〇	わかめ とうふ こんぶ かつおぶし ぶたにく ぎゅうにゅう	こめ おしむぎ あぶら ごまあぶら ぎょうざのかわ こむぎこ はるさめ ごま さとう	ながねぎ にんじん にんにく はくさい にら しょうが こまつな たまねぎ うど
17 火	火	ジャコいりチャーハン ちゅうやくスープ マグロアンドマグロもどき	〇	ちりめんじやこ ぶたにく とうふ こんぶ かつおぶし こうやどうふ めかじき ぎゅうにゅう	こめ ごま ごまあぶら でんぶん あぶら さとう	ながねぎ にんじん にんにく えのきたけ たけのこ こまつな しょうが さやいんげん
18 水	水	みそラーメン (ちゅうかめん・ぶたのかくに・つけじる) ビーンズグラッセ	〇	ぶたにく みそ とりがら ぶたがら きんときまめ ぎゅうにゅう	むしちゅうかそば さとう あぶら ごまあぶら バター	ながねぎ にんにく しょうが もやし たけのこ にんじん ホールコーン にら
19 木	木	きなこあげパン ホワイトシチュー マカロニソテー	〇	きなこ とりにく ぎゅうにゅう なまクリーム とりがら ぶたがら ベーコン	パン あぶら さとう じゃがいも こむぎこ バター マカロニ	たまねぎ にんじん マッシュルーム にんにく
20 金	金	むぎごはん ふりかけ みだくさんじる まつかぜやき ほんかん	〇	ちりめんじやこ かつおぶし あおのり ぶたにく こんぶ とりにく とうふ ひじき みそ ぎゅうにゅう	こめ こめつぶむぎ あぶら さとう こんにゃく ごまあぶら パンこ ごま	にんじん ながねぎ しめじ だいこん ごぼう たまねぎ ほんかん
24 火	火	むぎごはん みそしる さばのこくみやき うどとあぶらあげのにもの	〇	とうふ わかめ みそ かつおぶし こんぶ さば ぶたにく あぶらあげ ぎゅうにゅう	こめ こめつぶむぎ あぶら ごまあぶら さとう ごま	えのきたけ ながねぎ しょうが にんにく うど にんじん こまつな
25 水	水	むさしのかてうどん (うどん・つけじる・かて) ちくわのいそべあげ きよみオレンジ	〇	ぶたにく あぶらあげ かつおぶし ちくわ あおのり ぎゅうにゅう	うどん さとう あぶら こむぎこ	もやし しょうが ながねぎ だいこん こまつな にんじん きよみオレンジ
26 木	木	フレンチトースト カンジヤスープ とうふのケチャップに	〇	たまご ぎゅうにゅう とりにく とりがら ぶたがら とうふ えび	パン さとう バター こめ じゃがいも あぶら ごまあぶら でんぶん	たまねぎ にんじん セロリ こまつな にんにく たけのこ キヤベツ ほししいたけ しょうが
27 金	金	むぎごはん とりごぼうじる しろみざかなとこうやどうふのあんかけ じゃこいりいとこんソテー	〇	とりにく あぶらあげ かつおぶし こんぶ こうやどうふ ちりめんじやこ ぎゅうにゅう	こめ おしむぎ あぶら でんぶん さとう こんにゃく	しめじ にんじん ごぼう ながねぎ ほくさい ほししいたけ しょうが さやいんげん

牛乳らん ○…牛乳 ヨ…ヨーグルト

※材料は全てを表示しているわけではありません。

月平均栄養価 エネルギー 622kcal たんぱく質 27.8g 脂質 22.3g