2025年　2月分献立表

邑楽町立学校給食センター

日	曜	献立名		体をつくる 1群 魚・肉・卵 豆・豆製品	体をつくる 2群 牛乳・乳製品 小魚・海そう	体の調子を整える 3群 緑黄色野菜	体の調子を整える 4群 その他の野菜・果物	エネルギーになる 5群 米・パン・めん いも・砂糖	エネルギーになる 6群 油 脂	エネルギー Kcal	たんぱく質 g	脂質 g
3	月	ご飯 福豆小㊥ 牛乳	いわしのみぞれ煮 五目きんぴら とん汁	いわし ぶた肉 豆腐 さつま揚げ 油揚げ みそ 大豆	牛乳	にんじん	**大根** ごぼう こんにゃく にんにく **ねぎ** しいたけ	**ご飯** 砂糖 じゃがいも	ごま 油 ごま油	650 780	26.9 32.1	19.6 22.7
4	火	ピストレ 牛乳	とり肉のハニーマヨマスタード焼き こんにゃくサラダ 冬野菜のミネストローネ	とり肉 ベーコン 大豆	牛乳 チーズ	にんじん ブロッコリー トマト	玉ねぎ **キャベツ** きゅうり コーン こんにゃく **白菜** にんにく	パン さといも マカロニ はちみつ 片栗粉	ﾉﾝｴｯｸﾞﾏﾖﾈｰｽﾞ 油 ドレッシング	639 802	26.9 33.0	30.1 36.9
5	水	ご飯 牛乳	八宝菜 小籠包（1．2．2） キムチ和え	ぶた肉 いか とり肉 うずら卵	牛乳	にんじん さやえんどう	**白菜** 玉ねぎ たけのこ にんにく しょうが **キャベツ** きゅうり もやし	**ご飯** パン粉 砂糖 小麦粉 片栗粉	ごま油	693 810	27.6 32.3	23.8 26.2
6	木	わかめご飯 ヨーグルト 牛乳	きんぴら入り厚焼き玉子 韓国風肉じゃが 豆腐とねぎのみそ汁	卵 ぶた肉 豆腐 みそ	牛乳 わかめ ヨーグルト	にんじん	ごぼう にんにく しょうが 玉ねぎ しらたき 枝豆 **大根** **ねぎ** **白菜** しいたけ	**ご飯** じゃがいも 砂糖	ごま ごま油	645 767	26.8 31.7	16.8 19.2
7	金	パックうどん 牛乳	カレー南蛮の汁 チーズはんぺんフライ キャベツのおかか和え	ぶた肉 はんぺん かつおぶし	牛乳 チーズ	にんじん ほうれん草	玉ねぎ **ねぎ** しいたけ **キャベツ** コーン	うどん 砂糖 パン粉	油 ごま油	678 845	27.8 34.0	23.8 28.7
10	月	ご飯 牛乳	あじのり塩フライ ビーフンのサラダ ふわふわスープ	あじ とり肉 卵 はんぺん 豆腐 かまぼこ	牛乳 あおのり	にんじん みつば	**キャベツ** きゅうり 玉ねぎ	**ご飯** 小麦粉 パン粉 ビーフン ドレッシング 片栗粉	油	660 767	27.1 30.8	19.5 20.3
12	水	ご飯 牛乳	チキンカレー ツナサラダ 黄桃	とり肉 ツナ	牛乳 チーズ	にんじん	しょうが にんにく 玉ねぎ プルーン りんご きゅうり コーン **キャベツ** 黄桃	**ご飯** じゃがいも	油 ドレッシング	686 809	21.3 25.1	20.6 23.4
13	木	ご飯 牛乳	ぶた肉の南部焼き 五目ひじき 呉汁	ぶた肉 みそ 油揚げ 豆腐 大豆 豆乳 さつま揚げ	牛乳 ひじき	にんじん	枝豆 しらたき しいたけ **大根** ごぼう **ねぎ** こんにゃく	**ご飯** 砂糖	ごま 油	650 791	30.6 37.6	21.7 26.0
14	金	ココア揚げパン 牛乳	スパゲッティボロネーゼ ブロッコリーとチーズのおかか和え ミニりんごゼリー(1．1．2)	大豆 ぶた肉 かつおぶし	牛乳 チーズ	にんじん ピーマン トマト ブロッコリー	玉ねぎ にんにく	パン ココア スパゲッティ 砂糖 ゼリー	油 ごま油	664 809	30.2 37.0	24.2 28.8
17	月	ご飯 牛乳	ぶた肉のしょうが焼き ブロッコリーの中華和え さといものみそ汁	ぶた肉 みそ	牛乳	にんじん ピーマン ブロッコリー 小松菜	玉ねぎ もやし えのきたけ しょうが にんにく **大根** 白菜 しいたけ	**ご飯** 砂糖 さといも 片栗粉	油 ごま油 ごま	613 747	26.1 31.9	18.2 21.5
18	火	ミルクパン 牛乳	焼きそば ウインナー（1．2．2） えのきたけと青菜のナムル	ぶた肉 ウインナー	牛乳 あおのり	にんじん にら ほうれん草	**キャベツ** もやし きゅうり えのきたけ	中華麺 パン	油 ドレッシング	621 779	23.2 28.6	20.1 23.8
19	水	ご飯 チョコクレープ 牛乳	さばのいしる干し こんにゃくのピリ辛炒め tonton 汁	さば 豆腐 ぶた肉 みそ ちくわ 豆乳	牛乳	にんじん	こんにゃく **ねぎ** にんにく しょうが **大根** ごぼう しめじ	**ご飯** ココア 砂糖 米粉 じゃがいも	ごま油 ごま 油	738 871	27.3 32.7	27.9 32.2
20	木	ご飯 牛乳	ヤンニョムチキン(2) コールスローサラダ 白菜とかぶのコンソメスープ	とり肉 ベーコン	牛乳	にんじん かぶ葉 ほうれん草	にんにく **ねぎ** **キャベツ** きゅうり コーン 玉ねぎ **白菜** かぶ	**ご飯** 砂糖	ごま油 ごま ドレッシング	648 758	24.6 28.5	23.3 26.2
21	金	こめっこパン 牛乳	ブーティングレイビーソース 花野菜の彩りサラダ サーモンチャウダー	ぶた肉 とり肉 鮭 いんげん豆	牛乳 チーズ 生クリーム	にんじん ブロッコリー 赤パプリカ パセリ	玉ねぎ コーン きゅうり しめじ	パン 砂糖 じゃがいも	油 ドレッシング	623 782	27.0 33.1	27.1 33.2
25	火	ナン 牛乳	キーマカレー パリパリコーンサラダ フルーツ和え	とり肉 大豆 豆乳	牛乳 ヨーグルト	にんじん トマト	にんにく しょうが 玉ねぎ なし グリンピース プルーン **キャベツ** 黄桃 きゅうり コーン みかん	ナン じゃがいも 小麦粉	油 ドレッシング	637 812	22.3 27.6	24.7 30.9
26	水	ご飯 発酵乳	三色そぼろ れんこんサラダ 白菜と油揚げのみそ汁	ぶた肉 卵 ツナ 油揚げ みそ	発酵乳 わかめ	にんじん	しょうが 枝豆 れんこん きゅうり **キャベツ** **白菜** 玉ねぎ しいたけ	**ご飯** 砂糖 じゃがいも	油 ごま ﾉﾝｴｯｸﾞﾏﾖﾈｰｽﾞ	642 793	26.8 33.2	17.8 23.2
27	木	ご飯 いよかんゼリー 牛乳	ビビンバ(肉みそ) ナムル スーラタンスープ	ぶた肉 高野豆腐 ハム 豆腐	牛乳	にんじん ほうれん草	にんにく しょうが もやし **キャベツ** しいたけ コーン **ねぎ**	**ご飯** 砂糖 ゼリー 片栗粉	ごま油 ごま	688 830	28.3 34.1	24.0 29.0
28	金	中華麺 ミルメーク(コーヒー) 牛乳	みそラーメンの汁 焼き餃子（1．2．2） いかくんサラダ	ぶた肉 なると とり肉 いかのくんせい	牛乳	にんじん にら セロリ	もやし **キャベツ** **ねぎ** にんにく 玉ねぎ しょうが **大根** きゅうり	中華麺 ミルメーク 砂糖 小麦粉	ごま 油	653 772	29.7 35.4	20.7 23.5

節分献立

邑楽中 リクエスト献立

長柄小6－2 矢口さん考案献立

世界の料理 カナダ

※都合により献立および食材料を変更する場合がありますのでご了承ください。

※お米はすべて邑楽町産を使用しています。

※**太字**は邑楽町産のものを使用予定です。

上段：小学校
下段：中学校

給食費の口座振替のお知らせ

２月の振替日は、**２月 17日(月)**です。よろしくお願いします。