

令和7年度2月分 学校給食献立表

こんだてもくひょう さむ ま しょくじ
献立目標・・・寒さに負けない食事をとろう



豊山町給食センター

日曜	献立名	おもな材料とその働き						その他	
		【赤】おもに体をつくるものになるもの		【緑】おもに体の調子を整えるものになるもの		【黄】おもにエネルギーのもとになるもの			
		1群	2群	3群	4群	5群	6群		
		魚・肉・卵・大豆・大豆製品	牛乳・乳製品・小魚・海藻	緑黄色野菜	その他の野菜・果物・きのこ	米・パン・めん・いも・砂糖	油脂・種実		
2月	ごはん・牛乳 いものご汁 けいちゃん じゃこなつぱ	豆腐 鶏肉 みそ 花かつお	牛乳 にんじん にら しらす干し	にんじん にら こまつな にんじん	ごぼう しめじ ねぎ キャベツ もやし にんにく 切干だいこん	ごはん さといも でんぶん 砂糖 砂糖 水あめ			
3火	ソフトめん・牛乳 肉みそあん いわしのかば焼き風 菜はなのおひたし 節分豆	豚肉 はんぺん みそ いわし 油揚げ 大豆	牛乳 にんじん にんじん	にんじん 玉ねぎ ねぎ 干しこいたけ じょうが キャベツ とうもろこし	ソフトめん 砂糖 でんぶん 米粉 砂糖 でんぶん 砂糖				
4水	ごはん・牛乳 八宝菜 ショーロンボニー(小2個 中3個) 春雨サラダ	豚肉 いか 豚肉 サラダチキン	牛乳 にんじん チンゲンサイ にんじん	にんじん チンゲンサイ 玉ねぎ キャベツ しょうが きゅうり	しょうが たけのこ はくさい 玉ねぎ きくらげ 玉ねぎ キャベツ しょうが きゅうり	ごはん 砂糖 でんぶん 春雨 砂糖 小麦粉	ごま油 油 油		
5木	麦ごはん・牛乳 ハヤシライス きびなごのカリカリフライ(小2個 中3個) ビーンズサラダ	豚肉 きびなご 大豆 チキンハム	牛乳 にんじん トマト	玉ねぎ にんにく マッシュルーム じょうが キャベツ 枝豆 とうもろこし	麦ごはん じゃがいも 米粉のハヤシルウ 砂糖 でんぶん じゃがいも 米粉パン粉 水あめ コーンクリーミードレッシング				
6金	ごはん・牛乳 豚汁 さばのカレー焼き 生揚げひじきの煮物	豚肉 みそ さば 生揚げ 鶏肉	牛乳 ひじき	ごぼう 玉ねぎ こんにゃく ねぎ さやいんげん にんじん	ごはん じやがいも 砂糖 砂糖		油		
9月	わかめごはん・牛乳 えび団子汁 メンチカツ ツナと切干大根の炒め煮 ★ヨーグルト	えび たら 豆腐 豚肉 鶏肉 大豆 オイルツナ 油揚げ	牛乳 わかめ ヨーグルト	たけのこ はくさい えのきだけ 水菜 玉ねぎ にんじん さやいんげん	ごはん 砂糖 でんぶん パン粉 でんぶん 砂糖 砂糖		油 油 油		
10火	ごはん・牛乳 高野豆腐の卵とじ さわらのみそかけ ゆかりあえ	高野 豆腐 はんぺん たまご さわら みそ	牛乳 にんじん みつば	干しこいたけ 玉ねぎ じょうが こまつな にんじん 赤そ	ごはん 砂糖 砂糖 でんぶん キャベツ		油	卵除去食	
12木	ごはん・牛乳 トップギースープ ブルゴギ 茎わかめと大根のナムル	ベース 牛肉 かまぼこ	牛乳 チンゲンサイ にんじん	もやし しめじ 赤パプリカ にんじん 玉ねぎ にんにく じょうが だいこん きゅうり	ごはん トップギ 砂糖 でんぶん 砂糖		油 ごま油 ごま ごま油		
13金	クロロールパン・牛乳 ホワイトジュー かほちゃんのハートコロッケ コルスローサラダ チョコプリン	牛乳 牛乳 脱脂粉乳 チーズ	牛乳 にんじん ほうれんそう	玉ねぎ マッシュルーム 玉ねぎ キャベツ きゅうり	クロロールパン じゃがいも 米粉のホワイトルウ パン粉 砂糖 小麦粉 砂糖 でんぶん マヨネーズ風ドレッシング オリーブ油			乳除去食	
16月	ごはん・牛乳 吳汁 肉団子と野菜のじょうが煮 ほうれんそうのおかがえ	豆腐 大豆 油揚げ みそ 鶏肉 豚肉 大豆 花かつお	牛乳 わかめ にんじん さやいんげん	だいこん れんこん ねぎ 玉ねぎ じょうが はくさい たけのこ しめじ にんじん ほうれんそう もやし どうもろこし	ごはん パン粉 砂糖 でんぶん 水あめ 砂糖		油		
17火	白玉うどん・牛乳 五目うどんの汁 さつまいものかりんとう揚げ 千草あえ	鶏肉 かまぼこ	牛乳 にんじん	はくさい 玉ねぎ 干しこいたけ ねぎ にんじん	白玉うどん でんぶん さつまいも 黒砂糖 砂糖 砂糖		油		
18水	ごはん・牛乳 みそおでん 愛知のれんこん入りつくね(小2個 中3個) ブロッコリーのごまあえ	豚肉 生揚げ 玉はんぺん みそ 鶏肉 大豆 オイルツナ	牛乳 プロッコリー	こんにゃく だいこん れんこん 玉ねぎ じょうが きゅうり キャベツ	ごはん さといも 砂糖 砂糖 でんぶん 砂糖		油 油 ごま		
19木	麦ごはん・牛乳 ギーマカレー 鶏肉のコロコロ焼き(小2個 中3個) フルーツゼリーあえ	豚肉 鶏レバー 鶏肉のコロコロ焼き(小2個 中3個) 鶏肉	牛乳 にんじん バセリ	玉ねぎ どうもろこし マッシュルーム レーズン にんにく にんじん どうもろこし じょうが にんにく バイナップル みかん いちご メロン	麦ごはん 米粉のカレールウ でんぶん パン粉 砂糖 水あめ でんぶん 砂糖		油 油		
20金	ごはん・牛乳 中華風にらたまごスープ 春巻き ごぼうの中華サラダ	ベース たまご 豚肉 サラダチキン	牛乳 にら にんじん チンゲンサイ	玉ねぎ もやし 干しこいたけ キャベツ もやし エリンギ ごぼう	ごはん でんぶん 小麦粉 でんぶん 水あめ 砂糖		ごま油 ごま油 油 中華ドレッシング	卵除去食	
24火	ごはん・牛乳 キャベツの白みそ汁 いかフライのレモンソースかけ 和風ボテトサラダ ココア牛乳のもと	豚肉 豆腐 みそ いか オイルツナ 花かつお	牛乳 わかめ	キャベツ だいこん えのきだけ レモン きゅうり とうもろこし	ごはん パン粉 小麦粉 砂糖 でんぶん じゃがいも 砂糖 ココア牛乳のもと		油 マヨネーズ風ドレッシング オリーブ油		
25水	ごはん・牛乳 マー婆ー豆腐 しゅうまい(小2個 中3個) ひじきサラダ	豆腐 大豆 豚肉 鶏レバー みそ 豚肉	牛乳 ひじき	にんじん にら にんじん ほうれんそう	ごはん 砂糖 でんぶん 小麦粉 パン粉 砂糖 でんぶん 砂糖		ごま油		
26木	ごはん・牛乳 ツナじゃが 五目厚焼き卵 切干大根の甘酢あえ	オイルツナ たまご	牛乳 ひじき	玉ねぎ こんにゃく 干しこいたけ 枝豆 じょうが グリンピース 切干だいこん きゅうり とうもろこし	ごはん じゃがいも 砂糖 砂糖 でんぶん 砂糖		油 ごま油		
27金	小型ロールパン・牛乳 焼きそば 白身魚フリッター(2個) れんこんどくわのあえもの	豚肉 たら オキアミ アオサ ちくわ	牛乳 青のり にんじん	キャベツ じょうが にんじん きゅうり	小型ロールパン 中華めん 小麦粉 でんぶん 砂糖 米粉 砂糖		油 油 ごまドレッシング		

*献立表は、6つの基礎食品群に分類できる食品を記載しているため、微量な食品や調味料、だし等は記載していません。

*物資の都合により献立を変更することがあります。 ★…業者が直送します。

◆◆◆◆◆ 食事中に気をつけたいこと ◆◆◆◆◆

食事には、エネルギーや栄養素をとる以外にも、人と人のつながりを深めたり、心を和ませたりする働きがあります。食事のマナーは、一緒に食事をする人への思いやりの気持ちが表れたものです。家族や友達と楽しく食事ができるように、マナーを守って食べましょう。

食事のあいさつ



食事のあいさつをしましょう。
「いただきます」や「ごちそうさま」は、食べ物や食に関わる人への感謝の気持ちを表しています。

姿勢



いすに深く腰かけ、背筋を伸ばして足を床につけて食べます。また目が良いだけでなく、胃腸の動きがスムーズになります。

スマホは見ない



スマホに夢中だと、会話を楽しめません。食事中は見ないようにしましょう。

2月3日は節分です。節分は、まめ豆をまくことで鬼に見立てた災いや病気などを追い払い、福を呼び込みます。また、ヒイラギの枝に焼いたいわしの頭を刺したものを飾ったり、恵方巻を食べたりします。3日の給食には、いわしや節分豆ができます。

節分の次の日の4日は立春で、暦の上では春がやってきます。寒さで家にこもりがちですが、外に出て春の気配を探してみましょう。



毎月19日は食育の日 ～おうちでごはんの日～

☆2月分の給食費引き落とし日は、2月27日(金)です。

