



2月 こんだて表(小学校)



令和7年度 浜川市東部学校給食共同調理場

日・曜日	主 食	の み 物	おかず・その他	体をつくるものになる食品		体の調子を整えるものになる食品		エネルギーのもとになる食品		ねつりよう 熱量(kcal) たんぱく質(g) たんはく質(g)
				たんぱく質	無糖質	カロテン	ビタミン・食物繊維	炭水化物	脂質	
2月	ミラノ・コルティナオリンピック応援献立「イタリア共和国」									
	ツイスト ロールパン	牛乳	ハニーマスタードチキン イタリアンサラダ ラビオリのトマトスープ(▲米粉マカロニのトマトスープ) 豆乳パンナコッタ(いちごソース)	とりにく ベーコン ぶたにく	牛乳	アロカリ にんじん トマト こまつな	きゅうり コーン ●きゃべつ にんにく セロリ たまねぎ	パン はちみつ じゃがいも こむぎこ パンこ さとう パンナコッタ	マヨネーズ (たまごぬき) ドレッシング オリーブオイル	656 28.4 2.4
3火	ごはん	牛乳	節分にちなんだ献立 イワシのかばやき れんこんとひじきの和え物 節分けんちん汁	いわし ハム ぶたにく とうふ かまぼこ だいず	牛乳 ひじき	にんじん	●きゃべつ コーン れんこん ごぼう だいこん にんにく ねぎ	ごはん でんぶん さとう さといも	あげあぶら マヨネーズ (たまごぬき) こま あぶら	659 24.8 2.0
4水	食パン	牛乳	青のりポテト ツナサンドの具 米粉のマカロニスープ ☆ヨーグルト	ツナ ベーコン ウィンナー	牛乳 あおのり ヨーグルト	にんじん チゲ ツイ	きゅうり ●きゃべつ たまねぎ しめじ もやし	パン じゃがいも トッポギ	マヨネーズ (たまごぬき)	662 25.8 2.4
5木	カレーライス (髪ごはん)	ジョア (ブレン)	まめまめサラダ ポークカレー 青のり小魚	だいず ぶたにく	ジョア かたくちいわし あおのり	にんじん	えだまめ コーン ●きゃべつ きゅうり にんにく しょうが たまねぎ	むぎごはん じゃがいも でんぶん こめこ	ドレッシング あぶら	656 23.4 2.3
6金	ごはん (手巻きのり)	牛乳	厚焼き卵(▲いかステーキ) キンパ風のり巻きの具 トッポギスープ	たまご ぶたにく	牛乳 のり	にんじん ネリツリ	しょうが にんにく きりほしだいこん だいこん たまねぎ しいたけ	ごはん さとう トッポギ	あぶら こま こまあぶら	637 27.0 2.4
9月	メロンパン	牛乳	とりにく 鶏肉のレモンバジルナゲット(1.2年1ヶ 3年以上2ヶ) ペンネのボロネーゼ(▲米粉マカロニのボロネーゼ) コンソメスープ	とりにく ぶたにく だいず ベーコン	牛乳	バジル にんじん トマト	レモン にんにく たまねぎ しめじ コーン ●きゃべつ	パン さとう ペンネ じゃがいも	あぶら	648 26.1 2.6
10火	ごはん	牛乳	アジ塩麹電田揚げ ひじきの五目煮 豆腐チゲスープ	あじ とりにく さつまあげ あぶらあげ ちくわ だいず ぶたにく とうふ	牛乳 ひじき	にんじん	ごんにやく しょうが にんにく しいたけ はくさい ねぎ	ごはん でんぶん さとう	あげあぶら あぶら こまあぶら	630 29.2 3.0
12木	カレーうどん (☆バックうどん)	牛乳	※うどんの汁は残しましょう。食塩のとり過ぎになります 焼き芋 和風ツナサラダ カレーうどんの汁	ツナ かつおぶし ぶたにく あぶらあげ かまぼこ	牛乳	アロカリ にんじん	●きゃべつ きゅうり たまねぎ だいこん ねぎ	うどん さつまいも さとう でんぶん こめこ	あぶら	645 23.3 2.9
13金	ごはん	牛乳	北橋中学校リクエスト献立 焼き餃子(1.2年1ヶ 3年以上2ヶ) (▲お魚君かまぼこ) 塩中華サラダ マーボー豆腐	ぶたにく とりにく だいず とうふ	牛乳	にら こまつな にんじん	●きゃべつ たまねぎ もやし コーン しょうが にんにく だいたけ	ごはん こむぎこ さとう でんぶん	ドレッシング あぶら こまあぶら	649 27.3 2.3
16月	チョコチップパン	牛乳	FMコーングラタン ヘルシーサラダ ポトフ	だいず とりにく ベーコン	牛乳 わかめ	アロカリ にんじん	コーン きゅうり ごんにやく たまねぎ しめじ ●きゃべつ	パン じゃがいも	チョコレート	637 21.8 2.5
17火	ごはん	牛乳	受験生応援献立 『豚カツソースがけ:勝負に勝つ 昆布:受かって喜ぶ たぬき汁:他を抜く いよかんゼリー:いい予感』 豚カツソースがけ(1~4年1ヶ 5.6年2ヶ) (▲米粉のソースメンチ) 塩昆布和え たぬき汁 いよかんゼリー	ぶたにく さつまあげ あぶらあげ	牛乳 こんぶ	にんじん	きゅうり ●きゃべつ もやし だいこん えのきだけ ごんにやく ねぎ	ごはん パンこ じゃがいも ゼリー	あげあぶら こま こまあぶら あぶら	607 19.9 2.3
18水	はちみつパン	牛乳	チキンチーズ焼き(▲ウィンナー) カラフルサラダ ピンズシチュー	とりにく ぶたにく だいず	牛乳 チーズ	アロカリ パプリカ にんじん トマト	きゅうり ●きゃべつ にんにく たまねぎ マッシュルーム	パン はちみつ パンこ ひよこまめ さとう でんぶん こめこ	ドレッシング あぶら	689 29.8 2.9
19木	ごはん	牛乳	にしんの甘露煮 じゃがいもの南蛮煮 なめこのみそ汁	にしん ぶたにく あつあげ とうふ	牛乳 わかめ	にんじん	たまねぎ ごんにやく えだまめ だいこん なめこ ねぎ	ごはん じゃがいも さとう	あぶら	645 26.6 2.0
20金	豚丼 (ごはん)	牛乳	豚丼の具 田舎汁 ◆沼田のりんご	ぶたにく とうふ	牛乳	にんじん にら	しょうが たまねぎ もやし ごぼう しいたけ だいこん りんご	ごはん さとう じゃがいも	あぶら	639 25.7 2.3
24火	ごはん のりふりかけ	牛乳	秋田県の郷土料理「きりたんぼ汁」 サケの西京焼き きんぴらごぼう きりたんぼ汁	さけ ぶたにく さつまあげ とりにく あぶらあげ	牛乳 のり	にんじん	ごぼう ごんにやく だいこん まいたけ ねぎ	ごはん さとう きりたんぼ	あぶら こまあぶら こま	658 30.0 2.3
25水	まる 丸パン横切り	牛乳	ハンバーグデミソース 花野菜サラダ 豆乳クラムチャウダー	とりにく ぶたにく ベーコン あさり とうりゅう	牛乳	トマト アロカリ にんじん	たまねぎ にんにく しめじ エリンギ カリフラワー きゅうり	パン でんぶん こめこ じゃがいも	あぶら ドレッシング	651 28.3 2.9
26木	醤油ラーメン (☆バックラーメン)	牛乳 ミルメーク	※ラーメンのスープは残しましょう。食塩のとり過ぎになります しぶせん焼売(2ヶ)(▲FM野菜のチヂミ) 春雨サラダ 醤油ラーメンスープ	ぶたにく ハム なると	牛乳	にんじん チゲ ツイ	たまねぎ きゅうり もやし にんにく しょうが ねぎ	ラーメン こむぎこ はるさめ さとう ミルメーク	こまあぶら あぶら	627 23.9 3.7
27金	わかめごはん	牛乳	赤城南中学校 3年A組 3年B組 リクエスト献立 鶏肉のから揚げ ほうれん草のごま和え もやしと油あげのみそ汁 みかんゼリー	とりにく あぶらあげ	牛乳 わかめ	ネリツリ にんじん	しょうが にんにく ●きゃべつ もやし えのきだけ	ごはん でんぶん さとう ゼリー	あげあぶら こま	672 24.2 3.0

☆は業者配送です。 ◆には配食用手袋がつかます。 ●は浜川産を使用する予定です。

▲は、小麦・乳・卵対応食です。 FMとは、乳・卵・小麦不使用マークです。 ※材料の都合により献立が変更になることがあります。

※栄養価は、八訂成分表で計算しています。