



2月 こんだて表(中学校)



令和7年度 渋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	体をつくるもとになる食品		体の調子を整えるもとになる食品		エネルギーのもとになる食品		熱量(kcal) たんぱく質(g) 食塩(g)
				たんぱく質	無機質	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	アスパラ 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 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	808 34.2 3.3
3火	節分にちなんだ献立									
	ごはん	牛乳	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 こんにゃく 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) ごま あぶら	829 29.3 2.4
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 ブロッコリー	きゅうり たまねぎ もやし	パン じゃがいも トッポギ	マヨネーズ (たまごぬき)	800 30.6 3.2
5木	カレーライス (麦ごはん)	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	ドレッシング あぶら	792 27.1 2.6
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 れんこん	しょうが にんにく きりぼしだいこん 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 ごま こまあぶら	781 30.9 2.8
9月	メロンパン	牛乳	鶏肉のレモンバジルナゲット(3ヶ) ペンのポロネーゼ(▲米粉マカロニのポロネーゼ) 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	798 31.9 3.4
10火	ごはん	牛乳	アジ塩麹竜田揚げ 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	こんにゃく しょうが にんにく しいたけ はくさい	ごはん でんぶん さとう	あげあぶら あぶら こまあぶら	788 34.7 3.4
12木	カレーうどん (☆パックうどん)	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	アスパラ 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	あぶら	798 27.8 3.7
13金	北橋中学校リクエスト献立									
	ごはん	牛乳	焼き餃子(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 だいこん	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	816 33.0 2.7
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	アスパラ にんじん	コーン きゅうり こんにゃく たまねぎ しめじ ●きゃべつ	パン じゃがいも	チョコレート	833 26.4 3.2
17火	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 たまねぎ汁:他を抜く いよかんゼリー:いい予感』									
	ごはん	牛乳	豚カツソースがけ(2ヶ)(▲米粉のソースメンチ) 塩昆布和え たまねぎ汁 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 こんにゃく	ごはん パンこ じゃがいも ゼリー	あげあぶら ごま こまあぶら あぶら	820 26.7 2.7
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 ビーンズシチュー	とりにく ぶたにく だいず	牛乳 チーズ	アスパラ 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 ひよこめ さとう でんぶん こめ	ドレッシング あぶら	875 37.4 3.7
19木	ごはん	牛乳	にんじんの甘露煮 じゃがいもの南蛮煮 なめこのみそ汁	にんじん ぶたにく あつあげ とうふ	牛乳 わかめ	にんじん	たまねぎ こんにゃく えだまめ だいこん なめこ	ごはん じゃがいも さとう	あぶら	807 31.8 2.2
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 にんにく たまねぎ もやし しらたき ごぼう だいこん りんご	ごはん さとう じゃがいも	あぶら	789 30.1 2.7
24火	秋田県の郷土料理「きりたんぼ汁」									
	ごはん のりふりかけ	牛乳	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 こんにゃく だいこん まいわけ ねぎ	ごはん さとう きりたんぼ	あぶら こまあぶら ごま	818 35.9 2.8
25水	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 とうふ	牛乳	トマト アスパラ 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 じゃがいも	あぶら ドレッシング	812 35.2 3.6
26木	醤油ラーメン (☆パックラーメン)	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 しびせん焼売(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	牛乳	にんじん ブロッコリー	たまねぎ きゅうり もやし にんにく しょうが	ラーメン こむぎこ はるきめ さとう ミルメーク	こまあぶら あぶら	780 28.4 4.3
27金	赤城南中学校 3年A組 3年B組 リクエスト献立									
	わかめごはん	牛乳	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	れんこん 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 ごま	832 29.1 3.7

☆は業者配送です。 ◆には配食用手袋がつかます。 ●は渋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。