



2月 こんだて表（小学校）



令和7年度 渋川市南部学校給食共同調理場

★
ラッキー
にんじん



★
ラッキー
にんじん



	主食	飲み物	おかず・その他	〔あか〕 体になる		〔みどり〕 体の調子を整える		〔きいろ〕 熱や力になる		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	脂肪	
2月	今日は節分の行事食です。(いわし・豆乳プリン)～節分は3日です。			いわし ぶたにく とうふ	牛乳	●にんじん ほうれんそう	ごぼう だいこん こんにゃく ●ねぎ もやし	ごはん さとう じゃがいも	ごま あぶら	623 24.6 2.3
	ごはん	牛乳	いわしのみぞれ煮 豚汁 ほうれん草のごまあえ ☆節分豆乳プリン							
3火	ココアパン	牛乳	チキンのチーズ焼き ABCスープ 花野菜サラダ	とりにく ベーコン	牛乳 チーズ	●にんじん ブロッコリー パプリカ	たまねぎ コーン ●キャベツ カリフラワー	パン パンこ じゃがいも マカロニ	ドレッシング	624 29.0 2.8
4水	今日は香川県の郷土料理です。(しっぽくうどん)			とりにく かまぼこ あぶらあげ あつあげ	牛乳	にんじん こまつな ほうれんそう	だいこん ●しいたけ たまねぎ ねぎ きゅうり えのきだけ もやし なめだけ	うどん こむぎこ さつまいも でんぶん	あぶら	675 24.0 3.4
	うどん ☆バックめん	牛乳	さつまいもの天ぷら しっぽくうどん なめだけあえ ☆お茶プリン							
5木	ごはん	牛乳	トンテキ 真たくさん汁 香味づけ	ぶたにく とうふ	牛乳	にんじん	にんにく しょうが りんご こんにゃく ごぼう だいこん ●ねぎ ●キャベツ きゅうり たくあん	ごはん さとう じゃがいも	あぶら	615 25.7 2.7
6金	ごはん	ジョア マスカッ ト	さけの西京焼き 牛ごまキムチ汁 ひじきの五目煮	さけ だいす ぎゅうにく とうふ さつまあげ	ジョア ひじき	●にんじん いんげん	しょうが にんにく ごぼう だいこん こんにゃく はくさい ●ねぎ	ごはん さとう	あぶら ごま	614 27.4 2.6
9月	ごはん	牛乳	ほっけの塩こうじ焼き 田舎汁 きんぴら ☆いちごゼリー	ほっけ あぶらあげ ちくわ ぶたにく さつまあげ	牛乳	にんじん いんげん	だいこん ●ねぎ ごぼう こんにゃく	ごはん じゃがいも さとう	あぶら ごま あぶら	621 27.3 2.7
10火	菜飯	りんご ジュース	いかの照り焼き いもあえ 煮込みうどん(水沢うどん)	いか とりにく あぶらあげ	のり	にんじん ほうれんそう	だいこん ●しいたけ ●ねぎ もやし	ごはん めん さとう		610 27.2 4.3
12木	背割りコッパ ン	牛乳	ロングウイナーケチャップ クラムチャウダー ジャーマンポテト	ウイナー とりにく あさり ベーコン	牛乳	にんじん	にんにく たまねぎ コーン	パン さとう じゃがいも	あぶら	670 27.8 3.6
13金	わかめごはん	牛乳	鶏のからあげ(2個) ♥なめこ汁 ツナじゃが カスタードクレープ	とりにく とうふ ツナ	牛乳 わかめ	にんじん	しょうが こんにゃく なめこ ●ねぎ たまねぎ しらす えだまめ	ごはん でんぶん じゃがいも さとう	あぶら	767 30.3 3.4
16月	ごはん	牛乳	豆腐ハンバーグおろしソース すいとん キャベツの塩昆布あえ ☆いよかんゼリー	とりにく とうふ あぶらあげ	牛乳 こんぶ	にんじん	だいこん ごぼう ●ねぎ きゅうり ●キャベツ たくあん	ごはん さとう でんぶん すいとん	あぶら ごまあぶら	621 24.2 2.9
17火	ごはん	ヤクル ト	三色丼の具(▲いり卵なし) 春雨スープ ◆オレンジ	ぶたにく たまご かまぼこ		にんじん	しょうが えだまめ たまねぎ だけのこ ●キャベツ オレンジ	ごはん さとう はるさめ	あぶら	601 23.3 2.3
18水	ラーメン ☆バックめん	牛乳	焼きぎょうざ(2個) わかめラーメンスープ かみかみごま風味サラダ	ハム ぶたにく なると	牛乳 わかめ	にんじん パプリカ	もやし ねぎ ごぼう ●キャベツ れんこん メンマ	ちゅうかめん でんぶん こむぎこ	あぶら ドレッシング	640 22.3 4.4
19木	チョコチップパン	牛乳	ソーセージステーキ カラフルサラダ えび入り冬野菜のクリーム煮	ソーセージ とりにく えび	牛乳	にんじん ブロッコリー パプリカ	たまねぎ はくさい ●キャベツ きゅうり コーン	パン	あぶら	722 31.0 3.8
20金	麦ごはん	牛乳	しぶせんしゅうまい(2個) しぶきた丼 ふるさと汁	ぶたにく とうふ あぶらあげ	牛乳	●にんじん パプリカ	しょうが たまねぎ しらす ●しいたけ はくさい まいたけ ●ねぎ こんにゃく	むぎごはん こむぎこ さとう でんぶん さといも	あぶら	715 30.9 2.7
24火	きなこ揚げパン	牛乳	とりの照り焼き ミネストローネ ツナサラダ	きなこと とりにく ベーコン	牛乳	にんじん トマト ブロッコリー	にんにく たまねぎ グリンピース ●キャベツ きゅうり コーン	パン マカロニ さとう	あぶら	601 27.7 3.0
25水	ごはん	牛乳	厚焼き卵(▲にしんの甘露煮) 鶏団子汁 切り干し大根の炒め煮	たまご とうふ とりにく さつまあげ	牛乳	にんじん いんげん	ごぼう だいこん ねぎ	ごはん さとう	あぶら ごま	609 20.9 2.5
26木	☆ナン	ジョア プレーン	タンドリーチキン キーマカレー コールスローサラダ	とりにく ぶたにく	ジョア ヨーグル ト	にんじん ピーマン パプリカ	にんにく しょうが たまねぎ コーン りんご ●キャベツ きゅうり	ナン こむぎこ	あぶら ドレッシング	649 28.4 4.1
27金	ごはん	牛乳	えびしゅうまい(2個) マーボー豆腐 はるさめサラダ	えび ぶたにく とうふ ハム	牛乳	にんじん にら	しょうが にんにく だけのこ ●ねぎ きゅうり もやし	ごはん こむぎこ さとう はるさめ でんぶん	ごまあぶら	611 25.2 2.9

▲はアレルギー対応食です。 ◆には配食用手袋がつかます。

●は渋川産を使う予定です。 太字の野菜はしぶせんです。 ☆は業者配送です。 ※材料の都合で献立が変わることがあります。

※栄養価は八訂成分表で計算しています

さかなの骨にきをつけましようのマークです



2/10(火)煮込みうどんに伊香保の方葉亭のうどんを使用しています。
給食に使用できるように提供していただきました。

こんだて写真

