



2月の給食献立表



(中学校)

※2月の学校給食費の納付期限(口座振替日)は、2月28日です。

日付 曜日	献立名	材 料						栄養価
		主に体の組織を作る		主に体の調子を整える		主にエネルギーになる		エネルギー
		肉・魚・卵・豆・豆製品	牛乳・小魚・海藻	緑黄色野菜	その他の野菜・くだもの・きのこ	米・パン・めん・いも・砂糖	油脂	たんぱく質
3 (月)	ごはん 牛乳		牛乳			米		732
	豚汁	豆腐 豚肉 麦みそ		にんじん	こんにゃく ごぼう 根深ねぎ	じゃがいも		27.6
	鯛のしょうが煮	鯛生姜煮						
	小松菜の炒め物	揚げかまぼこ		こまつな	キャベツ		油	
4 (火)	混ぜごはん	鶏肉 油揚げ		にんじん	ごぼう こんにゃく しいたけ	米 砂糖		750
	牛乳		牛乳					31.9
	団子汁	つくね 豆腐	わかめ	にんじん	たまねぎ えのきたけ			
	鮭フライ	サーモンフライ					油	
	酢の物				とうもろこし キャベツ きゅうり	砂糖	油	
5 (水)	チキンカレー(麦)	鶏肉		にんじん	たまねぎ グリンピース りんご	米 麦 じゃがいも	油	820
	牛乳		牛乳					30.4
	キャベツとウィンナーのソテー	フランクフルト		ブロッコリー	キャベツ とうもろこし		油	
6 (木)	ごはん 牛乳		牛乳			米		766
	かきたま汁	卵 豆腐 はんぺん			たまねぎ えのきたけ 根深ねぎ	でん粉		29.9
	秋刀魚のソースかけ	秋刀魚			しょうが	砂糖 米粉	油	
	アーモンド和え			ほうれんそう にんじん	もやし	砂糖	アーモンド	
7 (金)	ごはん 牛乳		牛乳			米		805
	マカロニスープ	ベーコン		にんじん	たまねぎ キャベツ	マカロニ じゃがいも		32.2
	豆腐入りミートローフ	豚肉 牛肉 豆腐		にんじん	たまねぎ	パン粉		
	カラフルサラダ			にんじん	きゅうり とうもろこし 枝豆 レモン	砂糖	油	
10 (月)	ごはん 牛乳		牛乳			米		800
	ブラウンシチュー	豚肉		にんじん トマト	たまねぎ グリンピース	じゃがいも	油	30.7
	鯾の香草焼き	鯾		バジル				
	大根サラダ		茎わかめ		だいこん きゅうり	砂糖	ごま ごま油	
12 (水)	ごはん 牛乳		牛乳			米		782
	わかめと卵のスープ	豆腐 卵	わかめ		たまねぎ えのきたけ しょうが	でん粉		33.9
	ヤンニョムチキン	鶏肉				でん粉 砂糖	油	
	ナムル			ほうれんそう にんじん	もやし	砂糖	ごま ごま油	
13 (木)	ごはん 牛乳		牛乳			米		748
	すきやき	豚肉 厚揚げ		にんじん	はくさい こんにゃく えのきたけ 根深ねぎ	春雨 砂糖	油	32.4
	キュウリとワカメの酢の物		わかめ		きゅうり もやし	砂糖		
	大豆と小魚の佃煮	大豆	煮干			砂糖 水あめ 黒砂糖	ごま	
14 (金)	ごはん 牛乳		牛乳			米		787
	カレーうどん	豚肉 ちくわ		にんじん	たまねぎ 根深ねぎ	うどん類		31.0
	鶏肉とレバーの三色炒め	鶏肉 レバー		青ピーマン にんじん	しょうが たまねぎ	でん粉 砂糖	油	
17 (月)	ポークオニオンライス	豚肉			たまねぎ ぶなしめじ	米	バター	749
	牛乳		牛乳					25.7
	ミネストローネ	鶏肉 白いんげん豆		にんじん トマト トマトジュース	たまねぎ キャベツ セロリー		バター	
	ジャーマンポテト	ベーコン			たまねぎ	じゃがいも	油	
18 (火)	中華丼(麦)	豚肉 うずらの卵 イカ えび		にんじん	はくさい たまねぎ たけのこ 根深ねぎ しいたけ しょうが	米 麦 砂糖 でん粉	油	739
	牛乳		牛乳					24.9
	蒸しギョウザ	ギョウザ						
	中華サラダ			チンゲンサイ にんじん	もやし きくらげ	春雨 砂糖	ごま ごま油	
19 (水)	ごはん 牛乳		牛乳			米		778
	肉みそおでん	鶏肉 棒天 米みそ		にんじん いんげん	だいこん こんにゃく	じゃがいも 砂糖		33.5
	鯖の塩こうじ焼き	鯖						
	もやしとにらの炒め物	豚肉		にら	もやし		油	
20 (木)	ハヤシライス(麦)	豚肉	牛乳	にんじん	たまねぎ グリンピース	米 麦 小麦粉	マーガリン 油	844
	牛乳		牛乳					29.0
	野菜とツナのソテー	ツナ		こまつな にんじん	キャベツ とうもろこし		油	
21 (金)	ごはん 牛乳		牛乳			米		837
	親子煮	鶏肉 卵 凍り豆腐		にんじん いんげん	たまねぎ	じゃがいも 砂糖		34.3
	納豆みそ	納豆 豚肉 赤みそ		こねぎ	しょうが	砂糖	油	
	キャベツの甘酢和え			にんじん	キャベツ だいこん きゅうり	砂糖		
25 (火)	麦ごはん 牛乳		牛乳			米 麦		760
	肉じゃが	豚肉		にんじん いんげん	たまねぎ こんにゃく	じゃがいも 砂糖	油	28.9
	きびなごフライ	きびなごフライ					油	
	白菜のひじき和え		しそ味ひじき	にんじん	はくさい もやし			
26 (水)	ごはん 牛乳		牛乳			米		780
	豆腐の中華煮	豆腐 豚肉 米みそ		にんじん いんげん	しょうが たまねぎ しいたけ	でん粉 砂糖	油	32.7
	シュウマイ							
	もやしの炒め物				もやし	砂糖	油 ごま	
27 (木)	ごはん 牛乳		牛乳			米		777
	けんちん汁	豆腐 鶏肉		にんじん	だいこん ごぼう 根深ねぎ	じゃがいも		29.0
	鯛梅みそ煮	鯛梅味噌煮						
	春雨のごま炒め	揚げかまぼこ		こまつな にんじん	たまねぎ	春雨 砂糖	ごま 油	
28 (金)	ごはん 牛乳		牛乳			米		741
	グロンテスープ	ミートボール		にんじん	キャベツ たまねぎ とうもろこし セロリー			25.8
	焼きウインナー	フランクフルト						
	スタンポット			ブロッコリー パセリ	たまねぎ	じゃがいも	油	

※ 都合により献立を変更することがあります。

(令和7年2月 大村市教育委員会)