



令和7年度 2月分 学校給食予定献立表(小)

宮代町教育委員会

日曜日	曜日	献立名		材 料			栄養量	小中
		主食	献立名 おかわ(主菜・副菜・汁物・その他)	おもにエネルギーのもとになるもの (黄色のなかま)	おもに体をつくるもとになるもの (赤色のなかま)	おもに体の調子を整えるもとになるもの (緑色のなかま)		
2	月	ごはん	★フレンチ献立★ チキンなんばん いそがえ(のり・しょうゆ) だいごんのみそしる	こめ でんぶん あぶら さとう	牛乳 とりにく のり あぶらあげ みそ	しょうが たまねぎ レモン こまつな にんじん もやし どうもろこし だいこん はくさい えのきたけ たまねぎ	644	31.6
3	火	ごはん	★部分献立★ いわしのごまみそに とさすあえ(てづくりとさす・かつおぶし) あおなとらのおすいもの はくさいめ	こめ さとう さとう はるさめ でんぶん	牛乳 いわし みそ わかめ かつおぶし どうふ	しょうが きゅうり にんじん もやし にんじん みつば ながねぎ たけのこ ほうれんそう	588	27.0
4	水	メロンパン	★我が家の自慢献立★ フライドチキン かぼちゃのホットサラダ はくさいとベーコンのスープ	こむぎ(パン) さとう なまクリーム あぶら でんぶん ノンエッグマヨネーズ	牛乳 とりにく	かぼちゃ えだまめ どうもろこし たまねぎ はくさい	650	29.1
5	木	ちゅうかめん	かんとうめんものしる やきぎょうざ ひとり2こ ナムル(てづくりだれ)	こむぎ(めん) でんぶん ごまあぶら こむぎ(かわ) さとう ごまあぶら	牛乳 ぶたにく うすらたまご ぶたにく とりにく	しょうが にんにく きくらげ たけのこ にんじん たまねぎ チンゲンサイ ながねぎ はくさい キャベツ にら たまねぎ もやし にんじん こまつな	591	24.8
6	金	むぎごはん	★蕎麦小籠子献立★ さけのてりやき ちくさあえ(のり・たまご・しょうゆ) とんしる	こめ むぎ でんぶん さとう	コーヒーマルク さけ たまご のり	こまつな もやし にんじん だいこん にんじん ながねぎ しょうが	634	30.4
9	月	ごはん	★蕎麦小籠子献立★ ぶたにくのしょうがいため ほうれんそうのおひたし(かつおぶし・しょうゆ) ぐだくさんみそしる	こめ あぶら さとう じゃがいも	牛乳 ぶたにく かつおぶし みそ どうふ	しょうが たまねぎ キャベツ ほうれんそう キャベツ にんじん もやし だいこん にんじん はくさい ながねぎ	591	30.1
10	火	ごはん	ぶたにくクロック(ソース) ひしきとだいごのにももの せんべいしる	こめ こむぎ(パンこ・こむぎこ) あぶら じゃがいも さとう ごまあぶら さとう こむぎ(せんべい) こんにゃく あぶら	牛乳 ぶたにく とりにく ひしき だいご さつまあげ とりにく	たまねぎ にんじん えだまめ ごぼう にんじん キャベツ まいたけ ながねぎ	669	27.1
12	木	せきはん (ごましお)	★初午の献立★ とりにくのおますあんかけ(てづくりおます) しもつかれ キャベツのみそしる	こめ もちこめ こま あぶら でんぶん さとう にまあぶら	牛乳 とりにく さけ あぶらあげ だいご わかめ どうふ みそ	しょうが にんじん ながねぎ えだまめ だいこん にんじん キャベツ もやし ながねぎ	584	32.9
13	金	むぎごはん	★パルティン献立★ ハッシュドポーク ごぼうサラダ(ドレッシング) てづくりチョコバナナケーキ	こめ むぎ あぶら デミグラスソース バヤシル わふうドレッシング こむぎ(ホットケーキミックス) バター さとう チョコレート	牛乳 ぶたにく スキムミルク 牛乳 たまご	しょうが にんにく にんじん たまねぎ トマト ごぼう キャベツ もやし きゅうり どうもろこし えだまめ バナナ	803	26.2
16	月	ごはん	★薪火のぼろ料理★ もろフライ(ソース) ゆばいりおひたし (かつおぶし・しょうゆ) 牛乳 かんぴょうのかきたまじる	こめ あぶら こむぎ(パンこ・こむぎこ) でんぶん こめ あぶら さとう じゃがいも	牛乳 もろカザメ ゆば かつおぶし どうふ たまご とりにく 牛乳 とりにく たまご あつあげ みそ	こまつな キャベツ にんじん どうもろこし かんぴょう にんじん チンゲンサイ ながねぎ れんこん えだまめ しょうが だいこん にんじん ながねぎ しめじ	640	29.7
17	火	ごはん	さんしよくろぼろどんのく いなかじる	こめ あぶら さとう じゃがいも	牛乳 とりにく たまご あつあげ みそ	れんこん えだまめ しょうが だいこん にんじん ながねぎ しめじ	650	30.5
18	水	フラワー ロール	★イタリア料理★ ミラノふうチキンカツレツ パンツァネッラ (クルトン・ドレッシング) こむぎ(ニョッキ) さとう ニョッキのトマトに	こむぎ(パン) こむぎ(こむぎこ・パンこ) あぶら パテ こむぎ(クルトン) イタリアンドレッシング こむぎ(ニョッキ) さとう じゃがいも オリーブオイル	牛乳 とりにく たまご チーズ とりにく ベーコン ぶたにく ショア ぶたにく なたね ひよこまめ いんげんまめ えんどう わかめ くきわかめ	パプリカ だいこん こまつな きゅうり パプリカ(赤) にんにく セロリ たまねぎ にんじん キャベツ エリンギ トマト	731	34.8
19	木	じごなうどん	カレーうどんのしる ピーンズかきあげ ごんにゃくサラダ(ドレッシング)	こむぎ(めん) あぶら カレールー でんぶん こむぎ(てんぷらこ) あぶら ごんにゃく しおちゅうかドレッシング	牛乳 ぶたにく なたね ひよこまめ いんげんまめ えんどう わかめ くきわかめ	たまねぎ にんじん ながねぎ たまねぎ どうもろこし えだまめ にんじん きゅうり こまつな もやし	609	23.8
20	金	ちゃめし	★コンクール賞献立★ おこのみやきふう (あおのり・ソース・かつおぶし) なののはのすみそあえ(てづくりすみそ) にくすい	こめ こめこ やまいも さとう さとう でんぶん	牛乳 すりみ ベーコン あおのり かつおぶし みそ どうふ ぶたにく あぶらあげ かまぼこ	キャベツ ながねぎ べにしょうが どうもろこし なののは きゅうり にんじん こまつな もやし れんこん えのきたけ ながねぎ にんじん	605	27.8
24	火	ごはん	マーボーどうふ ささみとだいごんのサラダ (ささみ・てづくりピリからドレッシング) ヨーグルト	こめ あぶら さとう でんぶん ごまあぶら さとう ごまあぶら	牛乳 どうふ ぶたにく みそ とりにく ヨーグルト	にんじん たまねぎ ほししいたけ たけのこ ながねぎ しょうが にんにく トマト だいこん にんじん こまつな きゅうり もやし	681	28.4
25	水	ごはん	★表参道生魚献立★ てづくりかつどんのく キャベツときゅうりのそくせきづけ れんこんのみそしる	こめ こむぎ(パンこ) さとう あぶら でんぶん こま あぶらあげ みそ	牛乳 ぶたにく たまご ごんぶ あぶらあげ みそ	たまねぎ えだまめ きゅうり キャベツ にんじん しょうが れんこん だいこん こまつな たまねぎ しめじ	662	28.0
26	木	ごはん	さばのみそにふう にくじゃが 《ハッピーにんじん》 みぞれじる	こめ でんぶん さとう じゃがいも さとう こんにゃく でんぶん	牛乳 さば みそ ぶたにく	しょうが にんじん たまねぎ えだまめ だいこん にんじん ながねぎ こまつな ほししいたけ しめじ はくさい	680	26.2
27	金	キャラメル あげパン	デリコンカン はくさいのクリームスープ	こむぎ(パン) あぶら さとう オリーブオイル さとう でんぶん ベジマールソース ホワイトル なまクリーム じゃがいも	牛乳 だいご ひよこまめ いんげんまめ ぶたにく とりにく スキムミルク チーズ 牛乳	しょうが にんにく たまねぎ にんじん どうもろこし トマト はくさい たまねぎ しめじ にんじん ほうれんそう	679	26.8
*日付が○で囲んである日は、スプーンを出します。 *材料入荷の都合により、多少献立の変更があります。 *太字の食材は、宮代町産です。							530	20.0
給食の献立の画像は宮代町公式SNS(X)でご覧いただけます。							650	26.8
給食回数							780	28.0
18回							830	34.3
学校給食摂取基準							650	28.6
6~7才							794	33.7
8~9才								
10~11才								
12~15才								
今月の平均栄養量(小学校)								
今月の平均栄養量(中学校)								

