



# 令和7年度 2月分 学校給食予定献立表(中)

宮代町教育委員会

日 曜 日	献立名	主 食	献立物	材 料			栄養量	中	
				おもにエネルギーのもとになるもの (緑色のなかま)	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	ご飯	牛乳	☆フレンチ献立☆ チキン南蛮 磯香和え (のり・しょうゆ) 大根のみそ汁	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 しも こまつな にんじん もやし とうもろこし だいこん はくさい えのきだけ たまねぎ	644	31.6	
3火	ご飯	牛乳	☆部分献立☆ いわしのごまみそ煮 土佐酢和え (手作り土佐酢・かつお節) 青菜と豆腐のお吸い物 福豆	こめ こま 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 とうふ だいず あおのり	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 だけのこ ほうれんそう	588	27.0	
4水	メロンパン	牛乳	☆我が家の自慢献立☆ プライドチキン かぼちゃのホットサラダ 白菜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 ベーコン あさり	かぼちゃ えだまめ とうもろこし たまねぎ はくさい	650	29.1	
5木	中華麺	牛乳	広東麺の汁 焼き餃子 1人3個 ナムル (手作りだれ)	こむぎ (めん) でんぶん こまあぶら こむぎ (かわ) さとう こまあぶら	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 だけのこ 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	麦ご飯	牛乳	☆須賀小リクエスト献立☆ 鮭の照り焼き 干草和え (のり・たまご・しょうゆ) 豚汁	こめ むぎ でんぶん さとう じゃがいも さといも こんにゃく	牛乳 さけ たまご のり ぶたにく みそ	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	ご飯	牛乳	☆笠原小リクエスト献立☆ 豚肉のしょうが炒め ほうれん草のお浸し (かつお節・しょうゆ) 貝だくさんみそ汁	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 とうふ	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	ご飯	牛乳	豚肉コロッケ (ソース) ひじきと大豆の煮物 ぜんべい汁	こめ こむぎ (パンこ・こむぎこ) あぶら じゃがいも さとう こまあぶら さとう	牛乳 ぶたにく とりにく ひじき だいず 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 まいだけ ながねぎ	669	27.1	
12木	赤飯 (こま塩)	牛乳	☆初午の献立☆ とり肉の甘酢あんかけ (手作り甘酢) しもつかれ キャベツのみそ汁	こめ もちこめ こま あぶら でんぶん さとう こまあぶら	牛乳 とりにく さけ あぶらあげ だいず わかめ とうふ 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	麦ご飯	牛乳	☆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) 手作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 ハヤシル わふうドレッシング	牛乳 ぶたにく スキムミルク	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 とうもろこし えだまめ	803	26.2	
16月	ご飯	牛乳	☆新木場の郷土料理☆ モロフライ (ソース) 湯波入りお浸し (かつお節・しょうゆ) かんぴょうのかき玉汁	こめ あぶら こむぎ (パンこ・こむぎこ) でんぶん	牛乳 モウカザメ ゆば かつおぶし とうふ たまご とりにく	こまつな キャベツ にんじん とうもろこし かんぴょう にんじん チンゲンサイ ながねぎ	640	29.7	
17火	ご飯	牛乳	三色そばろの具 田舎汁	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	牛乳	☆イタリア料理☆ ミラノ風チキンカツレツ パンツァネッラ (クルトン・ドレッシング) ニョッキのトマト煮	こむぎ (パン) こむぎ (こむぎこ・パンこ) あぶら バター 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	パジル 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	地粉うどん	牛乳	カレーうどんの汁 ビーンズかき揚げ こんにゃくサラダ (ドレッシング)	こむぎ (めん) あぶら カレールウ でんぶん こむぎ (てんぷらこ) あぶら	牛乳 ぶたにく なたね ひよこまめ いんげんまめ えんどう	たまねぎ にんじん ながねぎ たまねぎ とうもろこし えだまめ にんじん きゅうり こまつな もやし	609	23.8	
20金	茶飯	牛乳	☆コンクール受賞献立☆ お好み焼き風 (あおのり・ソース・かつお節) 菜の花の酢みそ和え (手作り酢みそ) 肉吸い	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 とうふ 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 とうもろこし なのはな きゅうり にんじん こまつな もやし れんこん えのきだけ ながねぎ にんじん	605	27.8	
24火	ご飯	牛乳	マーボー豆腐 ささみと大根のサラダ (ささみ・手作りピリ辛ドレッシング) ヨーグルト	こめ あぶら さとう でんぶん こまあぶら さとう こまあぶら	牛乳 とうふ 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 だけのこ 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	ご飯	牛乳	☆長生寺産献立☆ 手作りカツ丼の具 キャベツときゅうりの即席漬 れんこんのみそ汁	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	ご飯	牛乳	さばのみそ煮風 肉じゃが 《ハッピーにんじん》 みぞれ汁	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 揚げパン	牛乳	チリコンカン 白菜のクリームスープ	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 ベジマメルソース ホワイトル なまクリーム じゃがいも	牛乳 だいず 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 とうもろこし 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。								給食回数	
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。								18回	
給食の手洗い、しゅわがき、よく噛むのイラスト								学校給食摂取基準	
								6~7才	
								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)	