

令和7年2月 学校給食予定献立表

日	よう日	こんだてめい		しょくひんめい			E kcal
				赤の仲間 血や肉になる	緑の仲間 体の調子を整える	黄の仲間 熱や力の元になる	
3	月	ごはん	牛乳 いわしの梅煮 塩昆布あえ 大豆入りきんぴらこんにやく	牛乳 いわしの梅煮 塩昆布 とり肉 大豆 さつま揚げ	はくさい ごぼう こんにやく にんじん さやいんげん	米 油 さとう ごま油 ごま	667
4	火	ごはん	// マーボー豆腐 切り干しだいこんのナムル	牛乳 豆腐 ぶた肉 とり肉 みそ ツナ	ねぎ 干しいたけ たまねぎ にんじん たけのこ グリンピース にんにく しょうが 切り干しだいこん こまつな	米 油 さとう でんぷん 韓国ナムルドレッシング	597
5	水	ごはん	// 親子丼 すだち酢あえ	牛乳 とり肉 かまぼこ たまご ちりめん	たまねぎ にんじん ねぎ キャベツ こまつな もやし すだち酢	米 さとう 油	599
6	木	ごはん	// みそ汁 ハンバーグのデミソース さつまいものおかず大学いも	牛乳 豆腐 油揚げ みそ ハンバーグ	たまねぎ にんじん こんにやく えのきたけ ごぼう ねぎ	米 デミグラスソース さとう さつまいも 油 ごま	661
7	金	<small>(中) きなこ揚げパン (幼小) コッペパン いちごジャム</small>	// 豆乳シチュー ブロッコリーのサラダ	牛乳 とり肉 ビーンズピューレ 豆乳 ほぐしざさみ きな粉(中のみ)	たまねぎ にんじん しめじ コーン キャベツ ブロッコリー えだまめ	パン じゃがいも ホワイトルウ 油 野菜いっぱい和風ドレッシング さとう(中のみ) いちごジャム(幼小のみ)	(中)638 (幼小)575
10	月	少なめ わかめ ごはん	// ●焼きうどん 小松菜とれんこんのごまあえ	牛乳 わかめご飯の素 ぶた肉 あおさ粉 ほぐしざさみ	キャベツ たまねぎ にんじん にんにく こまつな れんこん	米 うどん 油 ごま さとう	573
12	水	ごはん	// 筑前煮 コロッケ そえ野菜 パックソース	牛乳 とり肉 ちくわ	ごぼう にんじん こんにやく たけのこ 干しいたけ さやいんげん キャベツ コーン	米 油 さとう コロッケ	683
13	木	ごはん	// ひき肉と野菜のチャプチェ 中華サラダ	牛乳 ぶた肉 とり肉 ツナ わかめ	にんじん たまねぎ こまつな にら にんにく しょうが だいこん キャベツ	米 マロニー 油 さとう ごま油 塩中華ドレッシング	570
14	金	麦ごはん	// ハヤシライス フルーツ杏仁豆腐	牛乳 ぶた肉	にんにく たまねぎ にんじん パイナップル もも	米 おおむぎ じゃがいも ハヤシルウ デミグラスソース みかんダイゼリー 油 ハート型杏仁豆腐ミックス	630
17	月	ごはん	// さばの塩焼き ひじきのいため煮 すまし汁	牛乳 さば ひじき とり肉 豆腐 油揚げ	にんじん こんにやく だいこん ごぼう こまつな はくさい ねぎ	米 ごま油 さとう 油	588
18	火	少なめ ゆかり ごはん	// 野菜たっぷり焼きビーフン ごぼうのサラダ	牛乳 ぶた肉 えび ほぐしざさみ	赤しそ たまねぎ にんじん キャベツ こまつな ごぼう きゅうり	米 焼きビーフン 油 ごま油 さとう ノンエッグマヨネーズ ごま	613
19	水	ごはん	// 肉じゃが かぶのゆず香あえ	牛乳 ぶた肉 ちりめん	たまねぎ にんじん こんにやく えだまめ かぶ こまつな ゆず酢	米 じゃがいも 油 さとう	618
20	木	ごはん	// から揚げと揚げじゃがのケチャップあえ ♥白ネギのみそ汁	牛乳 とり肉 豆腐 油揚げ みそ	にんにく はくさい こんにやく にんじん 京ねぎ	米 でんぷん じゃがいも 油 さとう 天かす	651
21	金	チャーハン	// 中華コーンスープ マカロニサラダ	牛乳 ぶた肉 とり肉 豆腐 わかめ 魚肉ソーセージ	たまねぎ にんじん 干しいたけ ねぎ ほうれんそう コーン キャベツ	米 ごま油 油 でんぷん マカロニ 洋風野菜いっぱいドレッシング	571
25	火	ごはん	// ◆キムチ丼 ポークしゅうまい 野菜の香味あえ	牛乳 ぶた肉 ポークしゅうまい	はくさいキムチ漬け はくさい こまつな たまねぎ にんじん にんにく しょうが もやし レモン	米 油 ごま油 ごま さとう	592
26	水	ごはん	// にらと春雨のスープ ◆さけのチーズフライ 中華あえ	牛乳 とり肉 さけのチーズフライ	にら にんじん たまねぎ えのきたけ はくさい ほうれんそう	米 油 はるさめ でんぷん さとう ごま油	584
27	木	ごはん	// 大根と厚揚げのそぼろ煮 ♥無限キャベツ ◆青りんごゼリー	牛乳 とり肉 厚揚げ ちくわ ツナ	だいこん にんじん こんにやく えだまめ しょうが キャベツ もやし	米 さとう 油 ごま油 ノンエッグマヨネーズ 青りんごゼリー	624
28	金	ごはん	// カレーライス 野菜サラダ	牛乳 とり肉	にんにく たまねぎ にんじん チャツネ すりおろしりんご キャベツ ほうれんそう えだまめ コーン	米 油 じゃがいも カレールウ 青じそドレッシング	602

◎悪天候などにより、材料や献立が変更になる場合がありますので、あらかじめご了承ください。 (小学校 中学年基準)

- ◆は小学校6年生、中学校3年生のみなさんのリクエスト献立です。
- ♥20日(木)の「白ネギのみそ汁」は、浦庄小学校6年石川雄大さんが考えてくれました。
- ♥27日(木)の「無限キャベツ」は、高浦中学校1年B組明石侑峨さんが考えてくれました。
- 10日(月)の「焼きうどん」は、石井小学校の保護者の方に教えていただきました。

幼稚園・小学校のみなさんには3月に揚げパンを提供する予定です。

石井町産の野菜 2月の石井町産の野菜は、かぶ、キャベツ、だいこん、ブロッコリーです。