

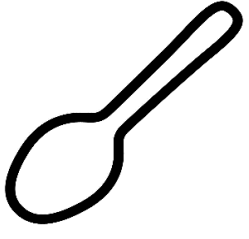
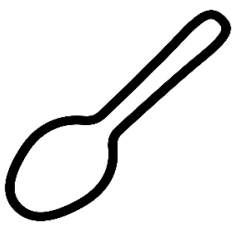
2月の献立表

献立目標『寒さに負けない食事をしよう』

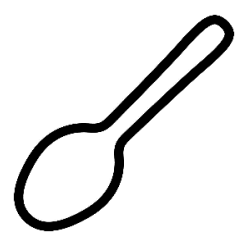
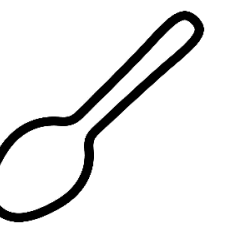
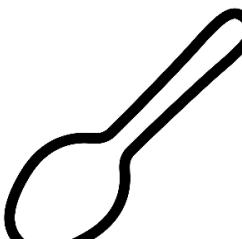
令和7年度

掛川市立給食文化苑こうようの丘

※だしやエキス、食品添加物等の記載はしてありません。

日曜	こんだて	きいろのしょくひん エネルギーになる		あかいろのしょくひん 体のそしきをつくる		みどりいろのしょくひん 体のちょうしをととのえる	その他の調味料	【栄養価】 エネルギー(kcal) たんぱく質(g) 脂質(g) 塩分(g)	おしらせ
		たんぱくいかまつ 炭水化物	しじつ 脂質	たんぱく質	むしゅつ 無機質	ビタミン			
2月	黒糖入りコッペパン	小麦粉 黒糖 砂糖	油		脱脂粉乳		塩	801 30.7 27.5 3.9	ミネストローネを食べよう 
	牛乳				牛乳				
	メンチカツ	パン粉 でん粉 砂糖 小麦粉	油	鶏肉 大豆 豚肉 卵	乳	玉ねぎ	ソース（りんご） 醤油 塩 香辛料		
	大根サラダ	砂糖	油			大根 きゅうり 人参	酢 醤油 塩 こしょう		
	ミネストローネ	じゃが芋 マカロニ（小麦） 砂糖	油	鶏肉 大豆	チーズ	玉ねぎ 人参 トマト セロリ パセリ	ケチャップ ワイン 塩 こしょう		
3月	麦ご飯	米 大麦						737 36.1 19.0 2.8	節分献立
	牛乳				牛乳				
	大豆と煮干しのごまがらめ	砂糖 はちみつ	ごま	大豆	煮干し		醤油 みりん		
	たくあん和え					キャベツ きゅうり たくあん(大豆)	塩		
	親子煮	砂糖	油	卵 鶏肉 凍り豆腐		玉ねぎ 人参 たけのこ しいたけ グリーンピース	醤油 酒 みりん		
4月	ご飯	米						744 30.2 19.4 3.0	よくかんで食べよう
	牛乳				牛乳				
	ちくわの香り揚げ 【幼1本 中2本】	小麦粉 でん粉	油	ちくわ	青のり	しょうが			
	豚肉とごぼうのみそ炒め	砂糖	油	豚肉 みそ		ごぼう こんにゃく 人参 さやいんげん しょうが	酒 醤油		
	とり汁	じゃが芋		豆腐 鶏肉		大根 人参 根深ねぎ しいたけ	醤油 酒 塩		
5月	ご飯	米						710 30.4 21.2 2.7	世界の料理「東南アジア」
	牛乳				牛乳				
	サテアヤム (インドネシア風焼き鳥)			鶏肉	ヨーグルト	レモン にんにく	ケチャップ ワイン 塩 カレー粉 唐辛子 こしょう		
	パインサラダ	砂糖	油			キャベツ パイン缶 きゅうり	酢 塩 こしょう		
	ビーフンスープ	ビーフン（米）		豚肉 えび		玉ねぎ もやし チンゲン菜 人参	酒 醤油 塩 こしょう		
6月	ソフトめん	小麦粉					塩	867 28.6 29.9 3.1	ソフト麺をミートソースで味わおう
	牛乳				牛乳				
	大学芋	さつま芋 砂糖	油 ごま				醤油 みりん		
	コールスローサラダ	砂糖				キャベツ コーン きゅうり	ハエグ マヨネーズ (大豆) 酢 塩 こしょう		
	ミートソース		油	豚肉 大豆 豚レバー	チーズ	玉ねぎ 人参 トマト マッシュルーム セロリ グリーンピース にんにく しょうが	ケチャップ ハヤシ (小麦 大豆) ソース デミグラスソース(小麦) ワイン 塩 オールスパイス こしょう		
9月	コッペパン	小麦粉 砂糖	油		脱脂粉乳		塩	842 34.4 29.7 3.0	大豆をクリーム煮で味わおう 
	牛乳				牛乳				
	野菜コロッケ	じゃが芋 パン粉 小麦粉 砂糖 でん粉	油	大豆		人参 かぼちゃ 玉ねぎ 枝豆	香辛料 塩		
	マカロニとツナの ケチャップソテー	マカロニ（小麦） 砂糖	油	まぐろ	チーズ	玉ねぎ ピーマン 人参 しめじ にんにく	ケチャップ ソース 塩 こしょう		
	大豆のクリーム煮		油	鶏肉 大豆	牛乳 チーズ クリーム	白菜 玉ねぎ 人参 ブロッコリー コーン 枝豆	ハヤシ(小麦 乳 大豆) ワイン 塩 こしょう		
10月	麦ご飯	米 大麦						769 33.7 25.1 2.6	レバーを食べよう
	牛乳				牛乳				
	鶏肉とレバーの甘辛和え	でん粉 砂糖	油	鶏肉 鶏レバー		根深ねぎ しょうが	醤油 酒 みりん		
	白菜とほうれん草の和え物	砂糖			のり	白菜 ほうれん草 もやし	醤油		
	豆腐と油揚げのみそ汁			豆腐 みそ 油揚げ	わかめ	大根 えのきたけ 葉ねぎ			
12月	ご飯	米						803 24.7 25.4 2.9	第二小リクエスト献立
	牛乳				牛乳				
	ハンバーグの オニオンソースかけ	砂糖 でん粉		鶏肉 豚肉 大豆		玉ねぎ トマト りんご にんにく しょうが	醤油 酒 みりん 塩 香辛料		
	ごぼうサラダ	砂糖	ごま			ごぼう きゅうり 人参	ごまドレッシング (大豆) 醤油 酒 みりん		
	卵入りコーンスープ	でん粉		卵		玉ねぎ コーン 小松菜 人参	醤油 塩 こしょう		
13月	豆腐プリンタルト（中のみ）	砂糖 米粉 とうもろこし粉	油	豆乳 大豆			醤油	786 36.9 26.5 3.0	豆腐について知ろう
	ご飯	米							
	牛乳				牛乳				
	豆腐ステーキの肉みそかけ	砂糖 でん粉	油	豆腐 鶏肉 みそ		葉ねぎ しょうが	みりん 酒 醤油		
	ツナとひじきの煮物	砂糖	油	まぐろ	ひじき	こんにゃく 人参 さやいんげん	醤油 みりん 酒		
	沢煮汁			豚肉		大根 小松菜 たけのこ えのきたけ 人参 しいたけ	醤油 酒 塩		

※だしやエキス、食品添加物等の記載はしてありません。

日 曜	こ ん だ て	きいろのしょくひん エネルギーになる		あかいろのしょくひん 体のそしきをつくる		みどりいろのしょくひん 体のちょうしをととのえる	その他の 調味料	【栄養価】 エネルギー(kcal) たんぱく質(g) 脂質(g) 塩分(g)	おしらせ
		たんすいかぶつ 炭水化物	しじつ 脂質	たんぱく質	むきしつ 無機質	ビタミン			
16 (月)	コッペパン	小麦粉 砂糖	油		脱脂粉乳		塩	792 36.6 25.1 3.4	冬野菜につ いて知ろう 
	牛乳				牛乳				
	コーヒー牛乳の素（中のみ）	砂糖					コーヒー 塩		
	ポークチャップ	砂糖 でん粉	油	豚肉		玉ねぎ ピーマン しめじ りんご	クチャップ ソース 醤油 酒 塩 こしょう		
	フルーツミックス					パイン缶 もも缶 りんご缶 ナタデココ キウイフルーツ			
	冬野菜の洋風煮	じゃが芋	油	鶏肉 ウィンナー		玉ねぎ 白菜 人参 ブロッコリー カリフラワー	醤油 ワイン 塩 ローリエ こしょう		
17 (火)	麦ご飯	米 大麦						752 26.3 22.6 2.8	給食のカ レーにつ いて知ろう 
	牛乳				牛乳				
	オムレツ	砂糖 でん粉	油	卵			酢 塩		
	福神漬け和え		ごま			キャベツ きゅうり 福神漬け（大根 なす れんこん しょうが うり なた豆 しそ しいたけ）	塩		
	ポークカレー	じゃが芋	油	豚肉	チーズ	玉ねぎ 人参 グリンピース にんにく しょうが	カレー粉 クチャップ ワイン ソース 塩 カレー粉 こしょう オールパイン		
18 (水)	ご飯	米						755 31.7 24.5 2.1	白菜をす き焼き煮で味 わおう
	牛乳				牛乳				
	あじフライ	パン粉 小麦粉 とうもろこし粉 でん粉	油	あじ 大豆			塩		
	野菜のごま和え	砂糖	ごま			キャベツ ほうれん草 人参	醤油		
	すき焼き煮	砂糖	油	豚肉 豆腐		白菜 こんにゃく 人参 えのきたけ 根深ねぎ しょうが	醤油 酒 みりん		
19 (木)	ご飯	米						827 34.5 23.5 2.2	さつま芋を みそ汁で味 わおう
	牛乳				牛乳				
	鶏肉の唐揚げ	でん粉	油	鶏肉		しょうが にんにく	醤油 酒		
	マカロニサラダ	マカロニ（小麦） 砂糖				きゅうり コーン	ノンオイルマヨネーズ （大豆）酢 塩 こしょう		
	さつま芋のみそ汁	さつま芋		豆腐 みそ 油揚げ		大根 人参 葉ねぎ			
20 (金)	中華めん	小麦粉						775 27.8 28.6 3.8	豚骨ラーメ ンを味わお う
	牛乳				牛乳				
	春巻き	小麦粉 米粉 でん粉 春雨 砂糖	油	豚肉		人参 玉ねぎ キャベツ しょうが しいたけ	醤油 塩 香辛料		
	野菜の中華和え	砂糖	油			ほうれん草 キャベツ 人参	醤油 塩		
	とんこつラーメンスープ			豚肉 なんと		もやし コーン 人参 根深ねぎ しょうが にんにく	豚骨ラーメンスープ（小麦 大豆）醤油 酒 塩 こしょう		
24 (火)	ご飯	米						733 32.4 19.7 2.6	ふじっぴー 給食（食育 の日）
	牛乳				牛乳				
	かつおのお茶フライ	パン粉 小麦粉	油	かつお		茶	塩 こしょう		
	チンゲン菜の磯香和え	砂糖			のり	チンゲン菜 キャベツ 人参	醤油		
	レタス入りかき玉みそ汁			卵 豆腐 みそ		レタス 玉ねぎ えのきたけ 人参			
25 (水)	ご飯	米						728 26.2 20.2 1.9	鍋料理を食 べて元気に 過ごそう
	牛乳				牛乳				
	ポークしゅうまい 【幼1個 中2個】	小麦粉 パン粉 でん粉 砂糖		豚肉		玉ねぎ しょうが	塩 香辛料		
	花野菜のごまドレッシング和え		ごま			ブロッコリー カリフラワー コーン	ごまドレッシング （大豆）		
	鶏塩鍋	春雨	油	鶏肉		白菜 人参 えのきたけ 根深ねぎ にんにく	酒 塩 こしょう		
26 (木)	ご飯	米						775 26.9 22.5 2.2	郷土料理： 山口県
	牛乳				牛乳				
	チキンチキンごぼう	でん粉 砂糖	油	鶏肉		ごぼう 枝豆	醤油 酒 みりん 塩 こしょう		
	即席漬け		油		塩昆布	キャベツ きゅうり 人参	塩		
	けんちょう汁		油	豆腐 油揚げ		大根 れんこん 人参 葉ねぎ	醤油 みりん 塩		
27 (金)	麦ご飯	米 大麦						820 29.9 27.4 2.6	マーボー豆 腐を味わお う 
	牛乳				牛乳				
	揚げぎょうざ【幼1個 中2個】	小麦粉 でん粉 砂糖	油	豚肉 大豆		キャベツ 玉ねぎ にら にんにく しょうが	醤油 塩 こしょう		
	切り干し大根の中華サラダ	砂糖	油			ほうれん草 もやし 切り干し大根	醤油 酢 みりん		
	マーボー豆腐	でん粉 砂糖	油	豆腐 豚肉 大豆 みそ		人参 たけのこ 根深ねぎ しいたけ しょうが にんにく	醤油 テンメツヤ 酒 唐辛子		

※給食ではアレルギー表示義務・推奨28品目のうち、「そば」「いくら」「あわび」は使用しません。
※毎月19日は食育の日です。日本の優れた伝統的な食文化について理解を深めるために、毎月19日前後に和食の献立を取り入れます。
※都合により献立を変更することがあります。

☆☆2月の給食費振替日は2月27日(金) です。☆☆