

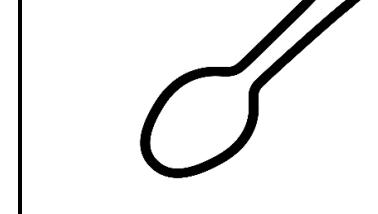
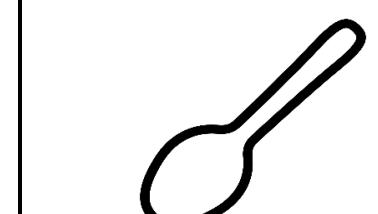
# 2月の献立表

# 献立目標『寒さに負けない食事をしよう』

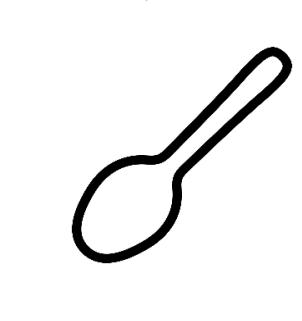
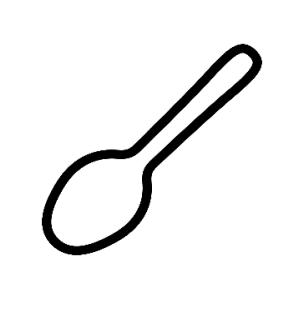
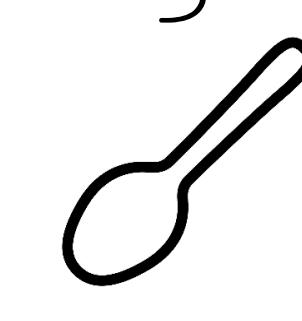
令和7年度

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おりません。

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) 糖分(g)	おしらせ
		炭水化物	脂質	たんぱく質	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 バセリ		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 ガーナー粉 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		
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		ソース(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 グリンピース にんにく しょうが		ケチャップ ハヤシルウ (小麦 大豆) リース デミグラスソース(小麦) ワイン 塩 オールドパウチ 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 リース 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		バジル(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 えのきだけ 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		
	豆乳プリンタルト(中のみ)	砂糖 米粉 とうもろこし粉	油	豆乳 大豆				醤油		
13月	ご飯	米							786 36.9 26.5 3.0	豆腐について知ろう
	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 えのきだけ 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おりません。

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 体のちようしをととのえる		その他の 調味料	【栄養価】 エネルギー(kcal) 炭水化物(g) 脂質(g) 蛋白質(g) 塩分(g)	おしらせ
		たんぱく質 炭水化物	脂質	たんぱく質	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 シメジ りんご	ケチャップ リース 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 ワインナー		玉ねぎ 白菜 人参 ブロッコリー カリフラワー	醤油 ワイ 塩 ローリ こしょう			
17 (火)	麦ご飯	米 大麦							752 26.3 22.6 2.8	給食の力 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	カレーソース ケチャップ ワイン リース 塩 加-粉 こしょう オールパ-イ			
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 みぞ汁で味わおう
	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	ソイソース ヨネース (大豆) 酢 塩 こしょう			
	さつま芋のみぞ汁	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 なると		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ぞ汁			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	マー婆ー豆腐を味わおう 
	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			
	マー婆ー豆腐	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 テンサイ ヤソ 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。☆☆