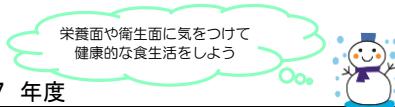


令和7年度



2月 献立表

串本町学校給食センター

曜日	2月 献立名	主な使用材料名				エネルギー	
		おもにくほね 血や肉や骨になる(赤)	からくらうし 体の調子を整える(みどり)	からくらうし 力や熱になる(黄)	小	中	
2月	鶏肉の中華風	とり肉 みそ 牛乳		米 さとう ごま油	579	728	
	春雨の炒め物	ぶたひき肉	にんじん きゅべつ にら	はるさめ さとう ごま油			
	中華スープ		にんじん チンゲンサイ もやし しいたけ				
3火	金平ごはん	ぶた肉 大豆 牛乳	にんじん ごぼう えだまめ	米 さとう	644	799	
	まぐろのこまがらめ	まぐろ	しょうが	でんぶん 油 さとう ごま			
	けんちん汁	あぶらあげ	にんじん だいこん こんにゃく ねぎ	さといも			
4水	鶏肉のすき焼き風煮	とり肉 とうふ 牛乳	にんじん はくさい ねぎ こんにゃく	米 さとう	588	737	
	コロコロサラダ		かぼちゃ きゅうり	さつまいも マヨネーズ			
	ひじきのふりかけ	ひじき かつおぶし		さとう			
5木	メンチカツ	メンチカツ(ぶた・とり肉) 牛乳	メンチカツ(きゅべつ・玉ねぎ)	米 メンチカツ(さとう・でんぶん・米 ご・油)	621	807	
	れんこんの酢の物	ウインナー	れんこん みずな	さとう ごま			
	ポトフ風煮		にんじん こまつな 玉ねぎ	じゃがいも			
6金	ポークチャップ	ぶた肉 牛乳	玉ねぎ ピーマン	米 さとう でんぶん	623	791	
	枝豆とツナのサラダ	ツナ	えだまめ きゅうり にんじん きゅべつ レモン果汁	油			
	コーンクリームスープ	牛乳	玉ねぎ コーン ほれんそう しめじ	ポタージュスープのもと			
9月	ポークカレーライス	ぶた肉 牛乳	にんじん 玉ねぎ しょうが にんにく グリーンピース	米 ジャガイモ カレールウ さとう	641	792	
	コールスローサラダ	ハム	きゅべつ きゅうり コーン	さとう 油			
10火	魚の西京焼き	あかうお 西京漬けのもと(みぞ) 牛乳		米 西京漬けのもと(さとう)	543	722	
	梅おかか和え	かつおぶし	こまつな にんじん もやし ねりうめ	さとう			
	高野豆腐の卵とじ	たまご こうやどうふ	玉ねぎ にんじん えだまめ	さとう			
12木	チャーハン	やきぶた 牛乳	にんじん 玉ねぎ ねぎ	米 ごま油	673	804	
	チキンナゲット	チキンナゲット(とり肉)	チキンナゲット(にんにく)	チキンナゲット(パンこ・こむぎこ・ 油・でんぶん)油			
	春雨スープ ブルーベリータルト		にんじん チンゲンサイ しいたけ はくさい	はるさめ ブルーベリータルト			
13金	鶏肉のレモン揚げ	とり肉 ショア(ストロベリー)	レモン果汁	米 さとう でんぶん 油	581	761	
	ツナとわかめの和え物	ツナ わかめ	きゅべつ きゅうり	さとう			
	五目煮	あつあげ	だいこん にんじん こんにゃく いんげん	さとう			
16月	豚肉のとんてきソース	ぶた肉 牛乳	しょうが にんにく ピーマン 玉ねぎ	米 さとう でんぶん	568	719	
	ゆずドレッシングサラダ		ほれんそう もやし にんじん ゆずドレ(玉ねぎ・にんじん・ゆず)	ゆずドレッジング(さとう・油)油			
	白菜の煮びたし	あつあげ	にんじん ほくさい しめじ	さとう			
17火	鶏肉の金山寺みそマヨ焼き	とり肉 みそ 牛乳		米 マヨネーズ	620	779	
	こまツナ炒め	ツナ ひじき	こまつな にんじん コーン	さとう ごま油			
	じゃがいものそぼろ煮	とりひき肉	にんじん 玉ねぎ グリーンピース	じゃがいも さとう でんぶん			
18水	わかめごはん	わかめごはんのもと 牛乳		米	696	827	
	★皿うどん 食育の日	ぶた肉 ちくわ	きゅべつ にんじん もやし たけのこ しいたけ チンゲンサイ	さうらうどんめん さとう ごま油 でんぶん			
	豆腐のみそ汁 みかんゼリー	とうふ みそ	玉ねぎ にんじん 玉ねぎ	みかんゼリー			
19木	魚のフライ	しいら 牛乳		米 パンこ こむぎこ 油	595	742	
	ポパイサラダ			さとう 油			
	みぞれ汁			でんぶん			
20金	ブルコギ丼	ぶた肉 牛乳	にんにく にんじん ピーマン もやし	米 ジャガイモ さとう ごま ごま油	590	726	
	塩ちゃんこスープ	とり肉	にんじん ほくさい にら しょうが				
	鶏肉のから揚げ	とり肉 牛乳	にんにく	米 さとう でんぶん 油			
24火	マカロニサラダ		にんじん きゅうり きゅべつ	マカロニ マヨネーズ	719	939	
	ミニストローネ ミニ豆乳プリン	ベーコン	玉ねぎ かぼちゃ えだまめ トマト	じゃがいも さとう とうにゅうプリン			
	星形ハンバーグ	ハバーグ(ぶた肉・とり肉) 牛乳	ハバーグ(玉ねぎ・トマト・しょうが・ にんにく)	米 ハバーグ(さとう・でんぶん・油) さとう			
25水	プロッコリーサラダ		プロッコリー もやし コーン	さとう 油	559	703	
	具だくさんみそ汁	わかめ みそ	はくさい にんじん ごぼう えのき				
	こぎつねごはん	あぶらあげ 牛乳	にんじん ねぎ	米 さとう ごま			
26木	おでん風煮	とり肉 ジャコテン	にんじん だいこん こんにゃく いんげん	さとう	586	763	
	かぼちゃの天ぷら		かぼちゃの天ぷら(かぼちゃ)	かぼちゃの天ぷら(天ぷらこ・ごむぎ こ・でんぶん・油)油			
	肉じゃが	ぶた肉 牛乳	にんじん 玉ねぎ グリーンピース こんにゃく	米 ジャガイモ さとう			
27金	白和え	とうふ	にんじん ほれんそう しめじ	さとう ねりごま ごま	605	744	
	鍋のみぞれ煮	いわしのみぞれ煮(いわし)	いわしのみぞれ煮(いわし)	いわしのみぞれ煮(さとう・でんぶん)			

仕入れ材料の都合等により献立を変更する場合がありますが、ご了承ください。

栄養バランスのよい食事で  
健康な体づくりを