

令和7年度 2月分学校給食献立表

《2月のきゅうしょくもくひょう： 寒さに負けない じょうぶな体を作ろう 》

岩国市立灘小学校

節分献立

日	曜日	種類	献立名	お も な ざ い り ょ う				栄養価	家庭でとってほしい食品		
				あかいろの食品 (おもに体をつくるもとになる)	みどりの食品 (おもに体の調子を整えるもとになる)	きいろの食品 (おもにエネルギーのもとになる)	その他の食品	エネルギー kcal 食塩 g			
2	月	主食	ごはん			こめ		593	果物		
		主菜	おでん	とりにく なまあげ うすらたまご ちくわ さつ まあげ かつおぶし こんぶ	だいこん	さといも こんにゃく さとう	しょうゆ みりん さけ しお				
		副菜	ごまあえ		ほうれんそう もやし	ごま さとう	しょうゆ				
		飲み物	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう			1.8				
3	火	主食	ごはん			こめ		673	きのこ類		
		主菜	くじらのたつたあげ	くじら		あぶら でんぶん					
		副菜	ふゆやさいのみそしる	とうふ あぶらあげ にぼし みそ	にんじん たまねぎ だいこん はくさい ねぎ						
		デザート	せつぶんまめ	だいず	さとう		1.5				
		飲み物	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう							
		4	水	主食	パン			パン		599	乳製品
				主菜	れんこんいりひらつくね	とりにく	れんこん たまねぎ しょうが	パンこ でんぶん あぶら さとう	しお しょうゆ		
				副菜	キャベツとハムのサラダ	ハム	キャベツ きゅうり	ごま マヨネーズ	しょうゆ		
副菜	ミネストローネ			ベーコン	にんじん たまねぎ キャベツ にんにく トマト とうもろこし	じゃがいも	しょうゆ しお こしょう	2.3			
		飲み物	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう							
		5	木	主食	ごはん			こめ		607	魚
				主菜	ぶたにくとやさいのうまに	ぶたにく なまあげ	たまねぎ にんじん いんげんまめ こまつな キャベツ にんじん ゆずきかじゅう	こんにゃく じゃがいも あぶら さとう	しょうゆ しお さけ		
				副菜	ゆずきちあえ		ごま さとう	しょうゆ	1.4		
飲み物	ぎゅうにゅう			ぎゅうにゅう							
6	金	主食	パン			パン		596			
		主菜	さつまいものシチュー	とりにく ぎゅうにゅう	たまねぎ にんじん こまつな	さつまいも あぶら バター こむぎこ	しお こしょう				
		副菜	だいこんサラダ	わかめ ツナみずに	だいこん きゅうり	ごま さとう マヨネーズ	しょうゆ しお			2.6	
		飲み物	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう							
9	月	主食	ごはん			こめ		605	いも類		
		主菜	ぶたにくのガーリックいため	ぶたにく なまあげ	キャベツ たまねぎ にんじん にんにく はくさいキムチ キャベツ にんじん えのき だけ にら	ごまあぶら	しょうゆ しお こしょう				
		副菜	キムチスープ	ぶたにく とうふ みそ こんぶ			さけ			1.4	
		飲み物	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう							
10	火	主食	ごはん			こめ		615	種実類		
		主菜	にくじゃが	ぶたにく なまあげ	たまねぎ にんじん いんげんまめ	じゃがいも こんにゃく さとう	しょうゆ				
		副菜	ほうれんそうとたまごのサラダ	たまご	ほうれんそう キャベツ	あぶら さとう	しょうゆ			1.3	
		飲み物	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう							
12	木	主食	ごはん			こめ		630	いも類		
		主菜	ぶたにくとあつあげのみそいため	ぶたにく なまあげ みそ	キャベツ にんじん ねぎ ししいだけ	あぶら さとう	しょうゆ さけ				
		副菜	ワンタンスープ	ワンタン	たまねぎ にんじん ししいだけ はくさい ほうれんそう	ごまあぶら	しょうゆ しお こしょう			1.6	
		デザート	みかん		みかん						
		飲み物	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう							
		13日(金) 6年2組献立 「旬の食材がたくさん!ほかほかメニュー」									
		13	金	主食	たてわりパン (ウィンターサンドパン)			パン		648	種実類
				副菜	ウィンターサンドパンのぐ	たまご ハム	れんこん にんじん キャベツ	マヨネーズ	しお こしょう		
主菜	しろみずかなのフライ・ノンエッグタルタルソース			ホキ		あぶら パンこ こむぎこ でんぶん	しお タルタルソース	2.9			
副菜	ふゆやさいのおかずスープ			とりにく だいず わかめ	にんじん フロッコリー だいこん ねぎ	あぶら	しょうゆ しお こしょう				
		飲み物	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう							
		16	月	主食	ごはん			こめ		606	小魚
				主菜	おやこに	とりにく たまご ちくわ	たまねぎ にんじん ねぎ ししいだけ	じゃがいも さとう	さけ しょうゆ		
				副菜	ひじきのにつけ	ひじき とりにく だいず あぶらあげ	さやいんげん	あぶら さとう	さけ みりん しょうゆ		
飲み物	ぎゅうにゅう			ぎゅうにゅう							
17日(火) 6年1組献立 「冬も体調をくずさず、元気を出す給食」											
17	火	主食	ごはん			こめ		677	海藻		
		主菜	チキンチキンれんこんごぼう	とりにく	れんこん ごぼう	でんぶん あぶら さとう	しょうゆ みりん				
		副菜	だいこんがはいったほっこりおしる	とうふ あぶらあげ わかめ こんぶ かつお	だいこん にんじん ねぎ	じゃがいも ごま	しょうゆ しお			1.5	
		デザート	はちみつレモンゼリー			はちみつレモンゼリー					
		飲み物	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう							
		18	水	主食	パン			パン		605	豆類
				主菜	ポトフ	とりにく ウインナー	たまねぎ にんじん だいこん キャベツ	じゃがいも	しお しょうゆ		
				副菜	マカロニサラダ	マカロニ	キャベツ ほうれんそう にんじん	ごま マヨネーズ さとう	しょうゆ		
飲み物	ぎゅうにゅう			ぎゅうにゅう							
19	木	主食	ごはん			こめ		646	小魚		
		主菜	チキンカレー	とりにく しろはなまめ	たまねぎ にんじん にんにく しょうが	じゃがいも あぶら バター こむぎこ はちみつ	カレーこ ウスターソース しょうゆ トマトピューレ				
		副菜	えだまめとひじきのサラダ	ひじき ツナみずに	えだまめ きゅうり	さとう ごまあぶら マヨネーズ	しょうゆ			1.5	
		飲み物	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう							
20	金	主食	こくとうパン			こくとうパン		627	魚		
		主菜	ぶたにくのトマトに	ぶたにく	たまねぎ にんじん キャベツ トマト	じゃがいも さとう あぶら	しお こしょう クチャップ ウスターソース				
		副菜	やさいサラダ		キャベツ きゅうり とうもろこし フロッコリー	あぶら さとう	す しょうゆ しお こしょう			2.5	
		飲み物	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう							
24	火	主食	ごはん			こめ		606	きのこ類		
		主菜	ごもくうどん	ぶたにく あぶらあげ かつおぶし こんぶ	こまつな にんじん ねぎ	うどん さとう	しょうゆ みりん				
		副菜	こまつなとぶたにくのソテー	ぶたにく	こまつな もやし にんじん しょうが		しょうゆ さけ しお こしょう			1.4	
		飲み物	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう							
25	水	主食	パン チョコパテ			パン チョコパテ		618	海藻		
		主菜	にくだんごとはくさいのスープ	にくだんご とうふ	はくさい にんじん こまつな えのきだけ		しょうゆ しお こしょう				
		副菜	じゃがいもとベーコンのサラダ	ベーコン	えだまめ にんじん	じゃがいも あぶら	しお こしょう			2.2	
		飲み物	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう							
26	木	主食	ごはん			こめ		609	いも類		
		主菜	ビビンバのぐ	ぎゅうにく たまご みそ	もやし にんじん ほうれんそう にんにく	ごま ごまあぶら さとう	さけ				
		副菜	すいぎょうざスープ	すいぎょうざ	たまねぎ にんじん もやし キャベツ ねぎ しいたけ		しょうゆ しお こしょう			2.0	
		飲み物	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう							
27	金	主食	パン			パン		623	きのこ類		
		主菜	いわしのアングレーズ	いわし		でんぶん パンこ あぶら さとう	ウスターソース				
		副菜	とうふのスープ	とうふ ベーコン	たまねぎ にんじん はくさい ほうれんそう		しお こしょう しょうゆ			2.3	
		飲み物	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう							