

令和7年度 2月 献立予定表

門川町学校給食センター

日付	○主食 ●主菜 ☆副菜 ★その他 ◎(主食主菜兼用)	ざいりょう			ちょうみりょう		
		エネルギーになる (き)	からだをつくる (あか)	からだのちょうしをととのえる (みどり)	小学校	中学校	
					エネルギー基準	たんぱく質基準	
					650	830	
21~32	27~41						
2 /月	○むぎごはん ●いわししょうがに ☆ごじる☆いもコロだいず ★ぎゅうにゅう	こめ むぎ さとう かたくりこ さつまいも ごま	いわし だいず みそ ぶたにく とうふ あぶらあげ ぎゅうにゅう	しょうが にんじん こまつな ねぎ	しお みりん こいくちしょうゆ にぼし	663 26.2	797 31.0
3 /火	◎とんかつバーガー ☆がんばんれんこんスープ ★ぎゅうにゅう	パン パンこ かたくりこ あぶら さといも さとう	ぶたにく とりにく ぎゅうにゅう	キャベツ たまねぎ ごぼう にんじん れんこん だいこん ブロッコリー ねぶかねぎ トマト	しお マヨネーズ ウスターソース ガラスープ こいくちしょうゆ うすくちしょうゆ	609 24.3	719 28.0
4 /水	○むぎごはん☆ふりかけ ●とりとあつあげのもの ☆わふうあえ ★ぎゅうにゅう	こめ むぎ あぶら さといも さとう ごまあぶら	あつあげ とりにく ひじき ぎゅうにゅう	さやいんげん しめじ こんにゃく ごぼう たけのこ にんじん きゅうり あおまめ キャベツ	ふりかけ さけ みりん うすくちしょうゆ こいくちしょうゆ す	592 26.1	706 30.9
5 /木	◎フルーツクリームサンド ☆ワントンスープ ★ぎゅうにゅう	パン さとう あぶら こむぎこ かたくりこ	ホイップクリーム とりにく ぶたにく ぎゅうにゅう	パイン もも みかん りんご ねぎ しいたけ しょうが にんにく たまねぎ にんじん えのき こまつな	こいくちしょうゆ みりん ガラスープ しお こしょう さけ うすくちしょうゆ	607 21.3	707 24.4
6 /金	○むぎごはん ●おびてん☆そえやさい ☆はちはいじる ★ぎゅうにゅう	こめ むぎ かたくりこ	おびてん ハム とりにく とうふ ぎゅうにゅう	カリフラワー あか・き・みどりピーマン しょうが れんこん にんじん だいこん こまつな ねぎ しいたけ	ごまドレッシング にぼし みりん うすくちしょうゆ さけ	595 24.1	728 29.7
9 /月	◎けいはん ☆ようふうしらあえ ★ぎゅうにゅう	こめ むぎ さとう ごま	とりにく きんしたまご のり とうふ ハム みそ ぎゅうにゅう	しいたけ ふくしんづけ やまかわけ ねぎ きゅうり ほうれんそう にんじん	ガラスープ うすくちしょうゆ しお マヨネーズ	571 24.0	681 28.2
10 /火	○げんりょうコッペパン ◎スパゲティミートソース ☆レモンサラダ ★ぎゅうにゅう	パン スパゲティ バター さとう あぶら	だいず とりにく ぶたにく チーズ ツナ ぎゅうにゅう	たまねぎ グリンピース にんじん カリフラワー きゅうり レモン	デミグラスソース ウスターソース ケチャップ しお こしょう す	643 28.1	760 33.1
12 /木	○チーズパン ●トマトとブロッコリーのスープ ☆スイートパンプキンサラダ ★ぎゅうにゅう	パン あぶら さつまいも	とりにく ちくわ ぎゅうにゅう	にんにく コーン ブロッコリー トマト たまねぎ しめじ かぼちゃ きゅうり にんじん	パイオン しお マヨネーズ こしょう	648 24.8	700 26.9
13 /金	◎キムチチャーハン ☆わかめスープ ☆バレンタインデザート ★ぎゅうにゅう	こめ むぎ ごまあぶら ごま いちごとうにゅうムース	ぶたにく かまぼこ わかめ とりにく ぎゅうにゅう	にんにく にんじん たまねぎ はくさいキムチ ねぎ ちんげんさい コーン	こいくちしょうゆ こしょう ガラスープ しお うすくちしょうゆ	657 21.1	776 24.6
16 /月	○むぎごはん ●さばのしおやき☆しおこんぶあえ ☆いなかじる ★ぎゅうにゅう	こめ むぎ	さば しおこんぶ とりにく あぶらあげ とうふ みそ ぎゅうにゅう	きゅうり もやし しいたけ にんじん かぼちゃ だいこん こまつな	にぼし	598 29.6	715 35.3
17 /火	○こめこパン ●チキンなんばん☆そえやさい ☆カラフルスープ ★ぎゅうにゅう	パン かたくりこ あぶら さとう	とりにく ベーコン ぎゅうにゅう	キャベツ たまねぎ やまかわけ にんじん かぼちゃ あか・き・みどりピーマン	しろワイン しお こしょう す うすくちしょうゆ マヨネーズ ガラスープ	685 29.4	802 34.2
18 /水	○むぎごはん ●とうふのちゅうかに ☆パンサンスー ★ぎゅうにゅう	こめ むぎ かたくりこ ごまあぶら はるさめ さとう	ぶたにく かまぼこ とうふ とりにく ぎゅうにゅう	きくらげ ちんげんさい いら しょうが にんにく たまねぎ にんじん キャベツ きゅうり	こいくちしょうゆ オイスターソース さけ ガラスープ うすくちしょうゆ す	615 23.9	736 28.2
19 /木	○げんりょうコッペパン ◎やしそば ☆なのはなサラダ ★ぎゅうにゅう	パン あぶら ちゅうかめん さとう	ぶたにく ちくわ あおさ ツナ ぎゅうにゅう	もやし しょうが たまねぎ にんじん キャベツ きゅうり なのはな	ウスターソース オイスターソース しお こしょう マヨネーズ うすくちしょうゆ	630 24.2	743 28.1
20 /金	○わかめごはん ●はるさめいりやさいいため ☆なめこじる ★ぎゅうにゅう	こめ むぎ あぶら はるさめ さとう かたくりこ	わかめ ぶたにく とうふ あぶらあげ みそ ぎゅうにゅう	たまねぎ あおまめ しょうが にんにく キャベツ にんじん なめこ ねぎ	さけ うすくちしょうゆ にぼし	587 25.2	703 29.8
24 /火	○コッペパン ●ピーズポトフ ☆オレンジサラダ ★ぎゅうにゅう	パン じゃがいも あぶら さとう	だいず ぶたにく いんげんまめ ハム ぎゅうにゅう	だいこん たまねぎ ブロッコリー にんじん キャベツ きゅうり みかん	うすくちしょうゆ ガラスープ しお こしょう す	614 24.6	716 28.5
25 /水	○むぎごはん ●さといものごまみそに ☆ツナときゅうりのすのもの ★ぎゅうにゅう	こめ むぎ さといも あぶら さとう ごま	みそ とりにく あつあげ ちくわ ツナ わかめ ぎゅうにゅう	こんにゃく あおまめ しいたけ たけのこ ごぼう にんじん きゅうり もやし	さけ みりん うすくちしょうゆ す	609 26.1	729 31.0
26 /木	○こくとうパン ●れいしゃぶサラダ ☆ちんげんさいのスープ ★ぎゅうにゅう	パン あぶら パンこ かたくりこ さとう	ぶたにく とりにく とうふ ぎゅうにゅう	きゅうり キャベツ あか・き・みどりピーマン たまねぎ にんじん えのき ちんげんさい	ごまドレッシング うすくちしょうゆ しお ガラスープ	656 24.7	764 28.5
27 /金	◎おやこどん ☆とさずあえ ★ぎゅうにゅう	こめ むぎ さとう	とりにく かまぼこ たまご かにかまぼこ かつおぶし ぎゅうにゅう	ほうれんそう しいたけ たまねぎ にんじん きゅうり	こいくちしょうゆ みりん かつおだし こんぶだし うすくちしょうゆ しお す	582 27.1	698 32.2

※ 2月4日は門川中3年生は給食はありません。
 ※ 2月20日は門川小は遠足のため給食はありません。
 ※ 2月25日は全小学校6年生は壁画製作のため給食はありません。