



2月献立表



令和7年度

菊川市立菊川学校給食センター
※だしやエキス、食品添加物等の記載はしていません。

日 曜	こんだて	きのうのしょうひん ねつやちからになるもの		あけいのしょうひん 体をつくるもの		みどりいのしょうひん 体のちようしきをとのえるもの	その他の 調味料	【栄養素】 エネルギー(kcal) たんぱく質(g) 脂質(g)			お知らせ
		炭水化物	脂質	たんぱく質	無糖質			幼	小	中	
2 (月)	ごはん	米									いわしの磯辺揚げ 幼1歳 小2歳 中2歳
	ぎゅうにゅう				牛乳						
	いわしのいそべあげ	でん粉	油	いわし	あおさ		醤油 みりん	395 17.8 15.1	541 22.4 17.6	692 27.1 20.5	
	はくさいのこんぶあえ		ごま		塩昆布	白菜 きゅうり	塩	1.0	1.5	1.9	
	とりじる	じゃがいも		とり肉 油揚げ		大根 玉ねぎ にんじん 葉ねぎ 干ししいたけ	醤油 酒 塩				
	せつぶんまめ（小中のみ）			大豆							
3 (火)	こくとうパン	小麦粉 砂糖 黒糖	ショートニング		脱脂粉乳		イースト 塩				
	ぎゅうにゅう				牛乳						
	とりにくのマスタードやき			とり肉			マスタード 塩 こ しょう	378 21.5 12.7	557 29.7 16.2	693 35.4 18.7	
	こらきいも	じゃがいも				パセリ	塩 こしょう	2.0	3.1	3.8	
	ふゆやさいのスープに			ウィンナー		キャベツ 玉ねぎ かぶ にんじん 小 松菜	鶏がらスープ コンソメ 醤油 塩 こしょう				
4 (水)	ごはん	米									
	ぎゅうにゅう				牛乳						
	とうふのみそでんがく	でん粉 砂糖	油	豆腐 みそ			みりん 酒	410 17.0 12.4	550 20.8 13.6	717 25.7 16.2	
	やさいのあかしそあえ		ごま			キャベツ きゅうり	赤しそ粉 塩	1.3	1.8	2.3	
	にくじゃが	じゃがいも 砂糖	油	ふた肉		玉ねぎ にんじん こんにゃく さやいんげん 干ししいたけ	醤油 酒 みりん				
5 (木)	ごはん	米									
	ぎゅうにゅう				牛乳						
	イカメンチ	パン粉 小麦粉 砂 糖	油	いか 大豆		キャベツ にんじん しょうが にんに く	醤油 塩	427 18.0 14.4	563 22.1 16.3	738 27.5 19.1	
	えだまめともやしのおひたし	砂糖				もやし 枝豆 ほうれん草 にんじん	醤油	1.4	1.7	2.2	
	とりしおなべ	春雨	ごま油	とり肉		白菜 にんじん えのきたけ 根菜ねぎ にんにく	酒 塩 こしょう				
6 (金)	むぎごはん	米 麦									
	ぎゅうにゅう				牛乳						
	ふたにくのねぎみそいため	砂糖 でん粉	油	ふた肉 みそ		玉ねぎ 葉ねぎ にんにく しょうが	酒 醤油 みりん	415 20.2 14.1	571 26.1 16.5	736 32.5 19.3	
	きゅうりとコーンのすのもの	砂糖			わかめ	きゅうり とうもろこし	酢 醤油 塩	1.7	2.1	2.8	
	つみれじる			いわしつみれ 油揚げ		大根 小松菜 にんじん しめじ 根深 ねぎ	醤油 酒 みりん 塩				
9 (月)	ごはん	米									小笠原小学校 リクエスト献立
	ぎゅうにゅう				牛乳						
	とりにくとかじらのあまからあえ	でん粉 砂糖	油	とり肉 くらげ		根深ねぎ しょうが	醤油 酒 みりん	431 20.0 17.0	588 25.6 20.0	757 31.9 24.0	
	やさしいため		油	ベーコン		もやし キャベツ 玉ねぎ にんじん ピーマン	コンソメ 塩 こしょう	1.8	2.2	2.7	
	とんじる	じゃがいも		豆腐 ぶた肉 みそ 油揚げ		大根 にんじん こんにゃく 葉ねぎ					
10 (火)	コッペパン	小麦粉 砂糖	ショートニング		脱脂粉乳		イースト 塩				バレンタイン献 立
	チョコレートクリーム	砂糖 小麦粉	ショートニング コ ffee		脱脂粉乳		塩				
	ぎゅうにゅう				牛乳						
	ハートがたハンバーグの ケチャップソースがけ	砂糖 じゃがいも	油	とり肉 ぶた肉 大 豆		玉ねぎ にんにく しょうが	ケチャップ ソース ワイン 塩	533 19.9 21.4	656 23.7 23.8	821 30.0 28.9	
	キャベツとチンゲンサイのソテー		油			キャベツ チンゲン菜 にんじん	コンソメ 塩 こしょう	2.2	2.8	3.8	
	コーンポタージュ		油		脱脂粉乳 チーズ クリーム	とうもろこし 玉ねぎ にんじん	ポタージュの素（小麦・乳） 鶏 がらスープ 塩 こしょう				
12 (木)	うどん	小麦粉					塩				
	ぎゅうにゅう				牛乳						
	ポテトコロッケ	じゃがいも 小麦粉 砂 糖	油 マーガリン	大豆		玉ねぎ	塩 こしょう	471 19.5 16.1	585 23.5 18.9	702 27.9 22.2	
	きりぼしだいこんのふくめに	砂糖	油	さつま揚げ（大豆）		にんじん 切り干し大根 さやいんげん 干ししいたけ	醤油 みりん 酒	1.9	2.3	3.1	
	ねぎうどんのつゆ	でん粉		ぶた肉 かまぼこ 油揚げ		玉ねぎ 小松菜 にんじん 根深ねぎ えのきたけ 葉ねぎ	醤油 みりん 酒 塩				
13 (金)	ごはん	米									ちくわの磯辺あ げ 幼1歳 小1歳 中2歳
	ぎゅうにゅう				牛乳						
	ちくわのいそべあげ	小麦粉 でん粉 砂 糖	油	ちくわ	あおさ		塩	411 16.1 15.7	586 21.0 20.1	742 25.8 23.0	
	ごもくだいず	砂糖		大豆	昆布	こんにゃく にんじん たけのこ こ ぼろ	醤油 みりん	1.8	2.4	3.0	
	かぶのみそしる			みそ 油揚げ		かぶ 玉ねぎ 小松菜 にんじん えのきたけ					

※だしやエキス、食品添加物等の記載はしていません。

日 曜	こんだて	きいろのしょくひん ねづやちからになるもの		あかいろのしょくひん 体をつくるもの		みどりいろのしょくひん 体のちょうしをとのえるもの	その他の 調味料	エネルギー値 (100gあたり) たんぱく質は 1gあたり			お知らせ
		炭水化物	脂質	たんぱく質	無糖質	ビタミン		幼	小	中	
16 (月)	ごはん	米									
	ぎゅうにゅう				牛乳						
	あつやきたまご	砂糖 でん粉	油	卵			酢 みりん 醤油 塩	418 18.3 13.3 2.1	571 23.0 15.1 2.7	728 27.9 17.2 3.3	
	やさいのおかかあえ	砂糖		かつお節		キャベツ もやし チンゲン菜	醤油				
	みそおでん	里いも 砂糖		とり肉 ちくわ さつま揚げ (大豆) いわしつみれ みそ	昆布	大根 こんにゃく にんじん	醤油 酒 みりん				
17 (火)	コッペパン	小麦粉 砂糖	ショートニング		脱脂粉乳		イースト 塩				
	ぎゅうにゅう				牛乳						
	メンチカツ	パン粉 小麦粉 小麦粉 砂糖	油	ぶた肉 大豆		玉ねぎ	塩 こしょう ナツメグ	492 20.3 21.1 2.1	637 25.6 25.8 2.8	789 30.8 31.0 3.6	
	コールスローサラダ	砂糖	油			キャベツ きゅうり とうもろこし	酢 塩 こしょう				
	ミネストローネ	じゃがいも 砂糖		大豆 ベーコン		トマト 玉ねぎ にんじん セロリー にんにく パセリ	鶏がらスープ コンソメ ワイン 塩 こしょう				
18 (水)	ごはん	米									
	ぎゅうにゅう				牛乳						
	さばのみそに	砂糖		さば みそ		しょうが		419 16.2 18.4 1.2	575 20.6 22.0 1.4	734 24.9 26.0 1.8	
	れんこんサラダ	砂糖	ごま			れんこん キャベツ きゅうり	ごまドレッシング 醤油 みりん				
	けんちんじる	里いも	ごま油	豆腐 油揚げ		大根 にんじん こんにゃく 小松菜 根深ねぎ	醤油 酒 塩				
19 (木)	むぎごはん	米 麦									
	ぎゅうにゅう				牛乳						
	コーンフライ	パン粉 小麦粉 小麦粉 砂糖	油 ショートニング	大豆		とうもろこし	塩	494 16.4 18.2 1.6	644 20.3 19.9 2.1	853 25.3 25.2 2.8	
	やさいのふくしんづけあえ	砂糖				キャベツ きゅうり 大根 なす れん こん しょうが うり なた豆 しそ しんじけ	醤油 酢 塩				
	ポークカレー	じゃがいも	油	ぶた肉	チーズ 脱脂粉乳	玉ねぎ にんじん トマト りんご にんにく	カレーウ3種 (小夷・乳・ 大豆) ソース ワイン 鶏がらスープ 塩 こしょう				
20 (金)	ごはん	米									ふじっぴー給食
	ぎゅうにゅう				牛乳						
	かつおのおちゃフライ	パン粉 小麦粉	油	かつお		茶	塩 こしょう	403 18.4 14.1 1.4	551 23.5 16.2 1.8	726 30.5 19.0 2.4	
	チンゲンサイのいそかあえ	砂糖			のり	キャベツ もやし チンゲン菜	醤油				
	きくがわさんレタスのかきたまじる	でん粉		卵 豆腐		玉ねぎ レタス にんじん 根深ねぎ 干ししいたけ	醤油 塩				
24 (火)	コッペパン	小麦粉 砂糖	ショートニング		脱脂粉乳		イースト 塩				
	ぎゅうにゅう				牛乳						
	ポークチャップ	砂糖	油	ぶた肉		玉ねぎ りんご	クチャップ ソース ワイン	441 20.3 17.4 1.8	578 25.6 21.1 2.5	723 31.6 25.4 3.3	
	ごぼうサラダ	砂糖	ごま			ごぼう きゅうり にんじん	ごまドレッシング 醤油 みりん				
	はるさめスープ	春雨		ベーコン		たけのこ にんじん チンゲン菜 干ししいたけ	鶏がらスープ 醤油 中華スープ 塩 こしょう				
25 (水)	ごはん	米									
	ぎゅうにゅう				牛乳						
	ぶりのてりやき			ぶり			醤油 みりん 酒	401 18.3 15.2 1.6	553 23.3 17.7 2.0	702 28.4 20.5 2.5	
	キャベツのごますあえ	砂糖	ごま			キャベツ きゅうり にんじん	酢 醤油 塩				
	じゃがいもとこまつなのみそしる	じゃがいも		みそ 油揚げ	わかめ	玉ねぎ 小松菜 しめじ					
26 (木)	ちゅうかめん	小麦粉									菊川東中学校 リクエスト献立 とり肉の唐揚げ 幼1園 小1園 中2園
	ぎゅうにゅう				牛乳						
	とりにくのからあげ	でん粉	油	とり肉		しょうが にんにく	醤油 酒 塩 こしょう	458 25.4 14.1 2.1	570 32.8 16.2 2.8	728 41.9 19.2 4.0	
	きゅうりのひたひた	砂糖	ごま油	かつお節		きゅうり	醤油 酢 唐辛子				
	しょうゆラーメンスープ			ぶた肉 なた		もやし チンゲン菜 たけのこ にんじ ん 根深ねぎ	醤油 ラーメンスープ 鶏がらスープ 醤油 中華スープ 酒 塩 こしょう				
27 (金)	ごはん	米									ししゃもフライ 幼1園 小2園 中2園
	ぎゅうにゅう				牛乳						
	ししゃもフライ	パン粉 小麦粉	油		ししゃも		塩 こしょう	462 20.0 17.8 2.0	640 26.2 21.6 2.6	822 32.3 26.3 3.1	
	やさいのたくあんあえ		ごま			キャベツ きゅうり たくあん	塩				
	おやこに	じゃがいも 砂糖	油	卵 とり肉 かまぼ こ		玉ねぎ にんじん たけのこ しめじ えのきたけ クリンピース	醤油 酒 塩				

※材料の割合等により献立を変更することがあります。
 ※栄養価は幼稚園年中、小学校3・4年生、中学生の数値です。
 ※加工品の右側の（ ）には特定原材料・特定原材料に準ずるもの28品目を記載しています。（えび・かに・小麦・そば・卵・乳・ピーナッツ・くるみ・アーモンド・あわび・いか・いくら・オレンジ・
 カシューナッツ・キウイフルーツ・牛肉・ごま・さけ・さば・大豆・鶏肉・バナナ・豚肉・まつたけ・もも・やまいも・りんご・ゼラチン）