

2025年(令和7年)2月分 学校給食献立表(小学校)第1地区

※除去食対応する献立には◇マークを記しています。  
 ※食物アレルギー対応として、ご希望される方には「学校給食用物資配合表」を配布しております。必要な方は各学校までお申し出ください。

日・曜	3日・月	4日・火	5日・水	6日・木	7日・金	10日・月	12日・水	13日・木	14日・金								
献立名	いりだいごはん ぎゅうにゅう かふのみそしる いわしのつけ	コッペパン ぎゅうにゅう きのこチンゲンサイのスープ ビーフいため まめがし	ごはん ぎゅうにゅう かんとうに はくさいとこまつなのあえもの	コッペパン ぎゅうにゅう ブロッコリーのいためもの スイートポテト	ごはん ぎゅうにゅう ◇ちゅうかふうたまごスープ ホイコーロー	ごはん ぎゅうにゅう みそしる ふりだいこん こんぶとけずりふしのふりかけ	ごはん ぎゅうにゅう みそしる ふたにくとはくさいのもの さばのふりかけ	ココアあげパン ぎゅうにゅう ちゅうかスープ わかめあえ	ごはん ぎゅうにゅう チキンカレー ごまじゃこサラダ								
材料名および使用量(g)	精白米 65 水 85 いり大豆 5 しらすばし 5 干ししいたけ 0.3 角切り昆布 0.3 うすくちしょうゆ 3 こいくちしょうゆ 1 酒 0.5 塩 0.1 かぶ 35 にんじん 10 たまねぎ 10 うす揚げ 4 みそ 11 いりこ 3 水 120 いわし 45 しょうが 0.5 酒 3 こいくちしょうゆ 3 砂糖 0.5 本みりん 0.5 水 12	鶏肉 15 酒 0.5 しめじ 7 えのきたけ 7 チンゲンサイ 10 たまねぎ 20 にんじん 10 もやし 10 うすくちしょうゆ 4 こいくちしょうゆ 0.2 塩 0.1 砂糖 0.01 けずり節 1 水 20 ビーフン 13 豚肉ミンチ 10 酒 0.5 砂糖 0.5 キャベツ 20 にんじん 5 にら 3 干ししいたけ 0.3 縮み油 2.5 こいくちしょうゆ 2.5 塩 0.1 ごしょう 0.01 いり大豆 7 砂糖 2 水 1.5 砂糖 0.5	鶏肉 20 酒 0.5 じゃがいも 5 だいこん 30 こんにやく 30 厚揚げ 40 竹輪(煮込み用) 10 こいくちしょうゆ 4 うすくちしょうゆ 2 本みりん 0.2 ごしょう 0.1 砂糖 1 けずり節 1 水 60 はくさい 40 こまつな 20 うすくちしょうゆ 0.7 砂糖 0.7 かつお節 0.7	ビーフン(平めん) 10 鶏肉 20 酒 0.5 にんじん 10 たまねぎ 20 もやし 15 干ししいたけ 0.3 うすくちしょうゆ 4 こいくちしょうゆ 1.5 塩 0.1 ごしょう 0.01 砂糖 0.1 けずり節 1 水 100 豚肉 15 酒 0.5 ブロッコリー 30 キャベツ 10 にんじん 5 にんにく 0.1 縮み油 0.5 みそ 1.5 ごしょう 0.1 たんメンジャン 1.5 こいくちしょうゆ 0.7 さつまいも 25 砂糖 2 バター 1 生クリーム 1 水 10	卵◆ 35 にんじん 10 たまねぎ 20 ホールコーン 6 しめじ 3 ねぎ 1.5 うすくちしょうゆ 4 こいくちしょうゆ 2 塩 0.1 ごしょう 0.01 だし昆布 0.5 けずり節 2 水 120 ふり 30 しょうが 0.5 だいこん 50 本みりん 2 砂糖 2 こいくちしょうゆ 3 水 15 昆布 0.5 けずり節 2 酒 0.5 砂糖 1 本みりん 1.5 だし汁 4 ごま 1.5	豆腐 30 うす揚げ 4 にんじん 10 たまねぎ 15 しめじ 4 みそ 2 いりこ 3 水 120 豚肉 15 酒 0.5 だし昆布 0.5 けずり節 2 水 120 ふり 30 しょうが 0.5 だいこん 50 本みりん 2 砂糖 2 こいくちしょうゆ 3 水 15 さば(オイル漬け) 15 きゅうり 30 しょうが 0.3 酢 2 砂糖 1 あおりのり 0.1	ココアあげパン 1個 コンゴ油 4 ココア 9 砂糖 9 鶏肉 25 たまねぎ 0.5 にんじん 10 縮み油 20 カレー粉 0.8 干ししいたけ 0.3 バター 10 縮み油 7 チキンブイヨン 4 ウスターソース 0.2 ケチャップ 0.1 こいくちしょうゆ 0.1 ごま油 0.3 砂糖 2 水 110 ごしょう 0.1	鶏肉 30 調理ワイン 1 にんじん 20 たまねぎ 50 じゃがいも 50 しょうが 0.5 にんにく 0.2 縮み油 0.5 カレー粉 1 小麦粉 7 バター 3 縮み油 2 チキンブイヨン 2 ウスターソース 4.5 ケチャップ 1.5 こいくちしょうゆ 0.4 砂糖 0.2 塩 1 ごしょう 0.1 水 90 キャベツ 30 きゅうり 15 すりま 0.5 ごま 0.5 砂糖 3 酒 0.5 縮み油 0.5 こいくちしょうゆ 1 酢 2 ごま油 0.1	エネルギー/蛋白質 514kcal/23.2g	501kcal/21.2g	540kcal/20.7g	511kcal/20.7g	522kcal/19.9g	522kcal/20.3g	541kcal/20.1g	599kcal/18.8g	607kcal/18.6g
日・曜	17日・月	18日・火	19日・水	20日・木	21日・金	25日・火	26日・水	27日・木	28日・金								
献立名	ごはん ぎゅうにゅう ◇このはとし きりばしだいこんのはりはり	コッペパン ぎゅうにゅう ワンタンスープ はるさめのミンチいため ネーブルオレンジ	ごはん ぎゅうにゅう わかめスープ れんこんのきんぴら	コッペパン ぎゅうにゅう やさいスープ さわらのチリソース	ごはん ぎゅうにゅう はくさいのみそしる たからづかねぎのあまからに いりこのつくだに	コッペパン ぎゅうにゅう ◇もずくとたまごのスープ いんげんまめのドライカレー	ごはん ぎゅうにゅう みそしる クープイリチー でんぶ	こがたパン ぎゅうにゅう とうにゅうチャンポン きびなごでりに	ごはん ぎゅうにゅう ひじきとだいずのもの								
材料名および使用量(g)	卵◆ 50 うす揚げ 5 かまぼこ 7 にんじん 15 たまねぎ 45 ねぎ 3 うすくちしょうゆ 4 こいくちしょうゆ 2 砂糖 2 塩 0.1 本みりん 0.5 でんぶ 2 けずり節 2 水 50 切り干し大根 3 きゅうり 15 しょうが 7 しらすばし 5 酒 0.5 縮み油 0.5 酢 2 うすくちしょうゆ 1 砂糖 1 すりごま 1 ごま 0.5	ワンタンの皮 7 鶏肉 15 酒 0.5 わかめ 3.5 にんじん 10 たまねぎ 20 干ししいたけ 0.3 もやし 10 ねぎ 1.5 うすくちしょうゆ 4 こいくちしょうゆ 0.2 塩 0.1 ごしょう 0.01 けずり節 2 水 120 はるさめ 8 豚肉ミンチ 20 酒 0.5 にんじん 10 干ししいたけ 0.3 ねぎ 3 にんにく 0.1 しょうが 0.5 砂糖 0.5 本みりん 2 ごま 1 トウバンジャン 0.1 ネーブルオレンジ 1/4個	鶏肉 20 酒 0.5 わかめ(塩蔵) 3.5 にんじん 10 たまねぎ 20 えのきたけ 8 ねぎ 1.5 うすくちしょうゆ 4 こいくちしょうゆ 0.2 塩 0.1 ごしょう 0.01 けずり節 2 水 120 豚肉 24 酒 0.5 れんこん 25 ごしょう 10 でんぶ 15 コーン油 5 ねぎ 0.5 こいくちしょうゆ 3 しょうが 2 にんにく 0.1 縮み油 0.5 本みりん 0.5 ごま 1.5	豚肉 15 酒 0.5 にんじん 15 たまねぎ 20 ホールコーン 15 ほうれんそう 8 うすくちしょうゆ 4 こいくちしょうゆ 0.2 塩 0.1 ごしょう 0.01 たまねぎ 2 水 110 さわら 45 酒 0.5 本みりん 0.4 縮み油 0.8 ごしょう 1.5 本みりん 0.8 でんぶ 0.4 縮み油 0.8 いりこ(揚物用) 3 本みりん 2.5 ごしょう 1.5 砂糖 0.5	はくさい 40 にんじん 10 だいこん 20 うす揚げ 5 たまねぎ 11 いりこ(揚物用) 3 水 120 鶏肉 30 酒 0.5 けずり節 2 ごま油 0.6 水 100 砂糖 0.8 ごしょう 1.5 本みりん 0.8 でんぶ 0.4 縮み油 0.8 いりこ(揚物用) 3 本みりん 2.5 ごしょう 1.5 砂糖 0.5	卵◆ 35 もずく 10 にんじん 10 たまねぎ 25 ねぎ 1.5 うすくちしょうゆ 4 こいくちしょうゆ 0.2 塩 0.1 ごしょう 0.5 けずり節 2 ごま油 0.6 水 100 豚肉ミンチ 25 調理ワイン 1 たまねぎ 20 いんげんまめ(乾燥) 7 ピーマン 5 縮み油 0.5 塩 0.3 ごしょう 0.01 カレー粉 0.4 小麦粉 7 でんぶ 0.5 ウスターソース 1 とんかつソース 1 砂糖 0.5	そうめんばち 7 かまぼこ 4 うす揚げ 4 にんじん 10 たまねぎ 15 じゃがいも 30 干ししいたけ 0.3 ねぎ 1.5 うすくちしょうゆ 3 こいくちしょうゆ 2 だし昆布 0.5 けずり節 2 水 120 豚肉 20 本みりん 0.5 ポークブイヨン 10 けずり節 1 水 75 きびなご 35 酒 1 でんぶ 3.5 コーン油 3.5 砂糖 3 ごしょう 0.5	鶏肉 15 酒 0.5 にんじん 10 だいこん 20 ごぼう 10 うす揚げ 4 つぎこんにやく 7 ねぎ 1.5 しょうが 0.2 酒かす 3 みそ 8 甘みそ 2 うすくちしょうゆ 2 砂糖 2 水 110 鶏肉 15 酒 0.5 ごま油 0.5 ポークブイヨン 10 水 75 きびなご 35 酒 1 でんぶ 3.5 コーン油 3.5 砂糖 3 ごしょう 0.5	エネルギー/蛋白質 540kcal/20.0g	504kcal/20.0g	509kcal/20.1g	554kcal/24.0g	506kcal/19.6g	500kcal/21.4g	532kcal/18.8g	508kcal/22.4g	527kcal/20.8g

○…あかいろのしよくひん(おもにからだをつくるものとなるしよくひん) □…きいろのしよくひん(おもにエネルギーのもととなるしよくひん) △…みどりいろのしよくひん(おもにからだのちようしをとどけるものとなるしよくひん) ※上記材料は、天候等により急ぎ変更する場合があります。 平均栄養摂取量 エネルギー 530kcal たんぱくしつ 20.6g