



2月 こんだてひょう



令和7年度
御船町学校給食センター

●ごはん用おわん (パーグュ) ○大きいおかず用おわん ◆平皿 ★小皿 ■カレー皿・・・工夫して盛り付けよう！

ひ	よう	しゅしょく	ぎゅう にゅう	おかず	ざいりょう			エネルギー たんぱくしつ
2	げつ	●麦ごはん		○いかと里芋のうま煮 ◆ひじきのマヨサラダ ●きくらげの佃煮	ねつやちからになる (き)	ちやにくやほねになる (あか)	からだのちょうしをととのえる (みどり)	
				○鮭のクリーム煮 ◆キャベツとりんごのサラダ せつぶんまめ 節分豆	こめ むぎ さといも こんにゃく あぶら さとう でんぶん ごま ノンエッグマヨネーズ	ぎゅうにゅう ふたにく だいず イカ あつあげ ひじき ちくわ	にんじん えだまめ だいこん しょうが きくらげ しそ キャベツ きゅうり うめ	623 25.8
				○マーぼー豆腐 ◆にらと春雨のあえもの	ミルクパン ジャガイモ あぶら さとう	ぎゅうにゅう ベーコン スキムミルク さけ	にんじん たまねぎ プロッコリー キャベツ きゅうり りんご	620 25.4
3	か	ミルクパン		○豚汁 ◆タラの天ぷら ◆ほうれん草のごまあえ	こめ むぎ さとう でんぶん ごまあぶら あぶら はるさめ ごま	ぎゅうにゅう とうふ ふたにく だいず たまご みそ	きくらげ たまねぎ にんじん たけのこ ねぎ にんにく キャベツ にら しょうが	618 24.1
4	すい	●麦ごはん		○厚揚げときのこのみそ汁 ◆魚のおろしソース ◆野菜のカレーマヨサラダ	こめ むぎ こんにゃく さとう ごま あぶら	ぎゅうにゅう あつあげ わかめ だし (いりこ) タラ ちくわ みそ	にんじん だいこん ごぼう ねぎ ほうれんそう はくさい きゅうり	606 25.8
6	きん	ハヤシライス (■麦ごはん)		■ハヤシルウ ◆ツナとプロッコリーのサラダ	こめ むぎ ごま あぶら	ぎゅうにゅう ぎゅうにく チーズ ぶたにく スキムミルク ツナ	たまねぎ にんじん えだまめ マッシュルーム トマト きゅうり プロッコリー コーン にんにく	632 24.6
9	げつ	●麦ごはん		○ポトフ ◆チリコンカン やきプリンタルト	コッペパン ジャガイモ あぶら やきプリンタルト	ぎゅうにゅう ウィンナー だいず ぶたにく	にんじん たまねぎ だいこん いんげん コーン えだまめ にんにく トマト	604 24.5
10	か	セルフドッグ (コッペパン)		■中華丼の具 ◆おさつフレバー	こめ むぎ でんぶん ごまあぶら さつまいも あぶら くろざとう	ぎゅうにゅう ぶたにく あさり うずらたまごとりレバー	きくらげ たまねぎ にんじん はくさい チンゲンサイ にんにく しょうが	666 23.7
13	きん	●麦ごはん		○すきやき ◆野菜の梅あえ 納豆	こめ むぎ マロニー さとう	ぎゅうにゅう なっとう ぎゅうにく やきどうふ かつおぶし	にんじん えのき はくさい ねぎ キャベツ きゅうり うめ	618 24.0
あじのたび～みやぎけん～				○吳汁 ◆缶かまぼこの磯辺揚げ ◆わかめとツナのごまサラダ	こめ むぎ さつまいも こむぎこ あぶら ごま さとう	ぎゅうにゅう だいず あぶらあげ だし (いりこ) かまぼこ わかめ あおのり ツナ みそ	にんじん だいこん ねぎ キャベツ きゅうり	620 24.7
16	げつ	●麦ごはん		○クラムチャウダー ◆ハムサラダ ★いちご マーシャルビーンズ	しょくパン ジャガイモ さとう あぶら マーシャルビーンズ	ぎゅうにゅう あさり ベーコン スキムミルク ハム チーズ	たまねぎ にんじん しめじ プロッコリー きゅうり キャベツ いちご	607 23.6
17	か	しょく 食パン		■親子丼の具 ◆切干大根のサラダ	こめ むぎ ジャガイモ さとう でんぶん ごま ごまあぶら	ぎゅうにゅう とりにく たまご こおりどうふ	にんじん たまねぎ ねぎ きりぼしだいこん きゅうり	632 24.8
19	もく	キーマカレーライス (■麦ごはん)		■キーマカレー ◆にんじんサラダ	こめ むぎ ジャガイモ あぶら さとう	ぎゅうにゅう ぶたにく だいず ツナ たまご	にんじん たまねぎ えだまめ にんにく しょうが きゅうり	654 23.2
20	きん	●ひじきごはん		○五目うどん ◆野菜のごまネーズあえ	こめ むぎ さとう あぶら ごま うどんめん ノンエッグマヨネーズ	あぶらあげ ひじき ぶたにく ぎゅうにゅう とりにく ちくわ だし (いりこ) かまぼこ	にんじん えだまめ しいたけ だいこん ねぎ キャベツ きゅうり	615 23.5
24	か	セルフサンドイッチ (食パン)		○ポークビーンズ ◆卵サラダ ★りんご	しょくパン ジャガイモ ノンエッグマヨネーズ	ぎゅうにゅう ぶたにく だいず たまご	たまねぎ にんじん えだまめ キャベツ きゅうり りんご にんにく トマト	591 26.2
25	すい	●麦ごはん		○おでん ◆御船川のナツツあえ ひじきのり佃煮	こめ むぎ さといも こんにゃく カシューナツツ さとう	ぎゅうにゅう とりにく あつあげ うずらたまご ちくわがんもどきツナ ひじきのりつくだにだし (こんぶ)	だいこん にんじん キャベツ みふねがわ きゅうり	612 26.7
26	もく	●キムチごはん		○トックスープ ◆ちくわと大根のマヨサラダ ◆きびなごサクサク揚げ	こめ むぎ ごまあぶら あぶら トック ごま ノンエッグマヨネーズ	ぶたにく ぎゅうにゅう ちくわ きびなご サクサクあげ	キムチ にんじん にら たまねぎ チンゲンサイ きくらげ だいこん プロッコリー しょうが	607 22.3
27	きん	●麦ごはん		○さつま汁 ◆鯛の塩焼き ◆白菜の昆布あえ	こめ むぎ さつまいも ごまあぶら ごま	ぎゅうにゅう とうふ だし (いりこ) たい こんぶ みそ	にんじん だいこん ごぼう ねぎ はくさい きゅうり	666 24.6

※献立・材料・実施の有無は都合により変更する場合があります