



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 (バーズ) ○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
					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)	
2	げつ	●むぎ麦ごはん		○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	こめ むぎ さといも こんにゃく あぶら さとう でんぷん ごま ノンエッグマヨネーズ	ぎゅうにゅう ぶたにく 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
せつぶんこんだて								
3	か	ミルクパン		○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	ミルクパン じゃがいも あぶら さとう	ぎゅうにゅう ベーコン スキムミルク さけ せつぶんまめ	にんじん たまねぎ ブロッコリー キャベツ きゅうり りんご	620 25.4
4	すい	●むぎ麦ごはん		○マーボー豆腐 ◆にらと春雨のあえもの	こめ むぎ さとう でんぷん ごまあぶら あぶら はるさめ ごま	ぎゅうにゅう とうふ ぶたにく 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
5	もく	●むぎ麦ごはん		○豚汁 ◆タラの天ぷら ◆ほうれん草のごまあえ	こめ むぎ こんにゃく さとう ごま あぶら	ぎゅうにゅう ぶたにく とうふ だし(いりこ) みそ タラのてんぷら	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 (●むぎ麦ごはん)		■ハヤシルウ ◆ツナとブ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 ブロッコリー コーン にんにく	632 24.6
9	げつ	●むぎ麦ごはん		○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 ノンエッグマヨネーズ こむぎこ あぶら さとう	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 えのき しめじ だいこん ねぎ キャベツ きゅうり にんにく	604 24.5
10	か	セルフドッグ (コッペパン)		○ポトフ ◆チリコンカン 焼きプリンタルト	コッペパン じゃがいも 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	632 25.3
12	もく	ちゅうかどん 中華丼(●むぎ麦ごはん)		■中華丼の具 ◆おさつレバー	こめ むぎ でんぷん ごまあぶら さつまいも あぶら くらさとう	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	●むぎ麦ごはん		○すきやき ◆野菜の梅あえ なっとう 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～								
16	げつ	●むぎ麦ごはん		○呉汁 ◆せ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
ふるさとくまさんデー～かしままち～								
17	か	しょく 食パン		○クラムチャウダー ◆ハムサラダ ★いちご マーシャルピーンズ	しょくパン じゃがいも さとう あぶら マーシャルピーンズ	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 ブロッコリー きゅうり キャベツ いちご	607 23.6
18	すい	おやこどん 親子丼(●むぎ麦ごはん)		■親子丼の具 ◆切り干大根のサラダ	こめ むぎ じゃがいも さとう でんぷん 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 (●むぎ麦ごはん)		■キーマカレー ◆にんじんサラダ	こめ むぎ じゃがいも 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)		○ポークピーンズ ◆たまご 卵サラダ ★りんご	しょくパン じゃがいも 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	●むぎ麦ごはん		○おでん ◆御船川のナッツあえ ひじきのり佃煮	こめ むぎ さといも こんにゃく カシューナッツ 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 ブロッコリー しょうが	607 22.3
27	きん	●むぎ麦ごはん		○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 とりにく 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