



令和7年度 2月給食こんだて



宇城市学校給食センター

小 す ば ん に ち	よう	しゅしょく	ぎゅう にゅう	おかず	主な材料			ひとくちメモ	
					ちやにく、ほねになる	ねつやちからになる	からだのちょうしをとのえる		
2	月	コッペパン		スパゲティナポリタン ほうれんそうとりんごのサラダ マーシャルビーンズ	ぎゅうにゅう とりにく ハム ウインナー	パン スパゲティ あぶら マーシャルビーンズ	にんじん たまねぎ ピーマン キャベツ ほうれんそう りんご	2月4日は立春。暦の上では春ですが、まだまだ寒い日が続きそうです。一日三食しっかり食べて、十分なすいみんをとつて寒さに負けないようにしましょう。	
節分献立×他県のふるさと給食 【福井県】うち豆のみそ汁									
3	火	むぎごはん		うちまめのみぞしる いわしのフライ こんにゃくのいりに	ぎゅうにゅう だいす あぶらあげ いわしフライ くきわかめ ぶたにく かつおぶし	こめ むぎ ジャがいも あぶら ごま ごまあぶら さとう	はくさい だいこん たまねぎ にんじん ねぎ いんげん こんにゃく		
「まごわやさしい」和食の日 ま:厚揚げ ご:ごま わ:青のり や:野菜 さ:いにこ し:しいたけ い:さといも									
4	水	むぎごはん		さといものうまい はるさめのすのもの いりことだいすのかおりあえ	ぎゅうにゅう とりにく あつあげ かくてん チキンハム いりこ いりだいす あおのり	こめ むぎ さとも さとう あぶら はるさめ ごま ごまあぶら	だいこん にんじん ごぼう いんげん しいたけ きゅうり キャベツ こんにゃく		
5	木	ゆかりごはん		すいとん あつやきたまご ごまドレサラダ	ぎゅうにゅう とりにく ささみ あぶらあげ たまごやき	こめ むぎ こむぎこ ジャがいも あぶら ごま	にんじん だいこん ねぎ ごぼう しいたけ キャベツ こまつな	いわしのフライ	
O	6	金	ハヤシライス		かみかみチーズサラダ	ぎゅうにゅう ぎゅうにく チーズ ちりめん だいす	こめ むぎ あぶら	節分にいわしを食べるのには、いわしを焼く時においと煙で、鬼が逃げていくと言われているからです。	
9	月	まるパンカット		はるさめとくだんごのスープ コロッケ コールスローサラダ	ぎゅうにゅう にくだんご とうふ	パン はるさめ あぶら コロッケ	はくさい にんじん たまねぎ しめじ ねぎ キャベツ きゅうり	打ち豆のみそ汁	
10	火	むぎごはん		あつあげのちゅううかに パンバンジーサラダ	ぎゅうにゅう ぶたにく あつあげ いか うずらのたまご レバー ささみ	こめ むぎ でんぶん ごまあぶら あぶら さとう ねりごま	にんじん たまねぎ しめじ りんごピューレ きゅうり キャベツ	福井県の郷土料理です。打ち豆は、水に浸してやわらかくした大豆をつぶして乾燥させた保存食です。煮物や酢の物にもよく使われるそうです。	
12	木	むぎごはん		つぼんしる さばのみそに キャベツのしょうがあえ	ぎゅうにゅう とりにく かまぼこ あぶらあげ さば みそ	こめ むぎ あぶら さとも ごま さとう ごまあぶら	だいこん ごぼう にんじん ねぎ しいたけ キャベツ きゅうり しようが こんにゃく		
13	金	むぎごはん		とうふとチンゲンさいのスープ れんこん入りホイコーロー ^{チヨコ} だいふく	ぎゅうにゅう ケーコン とうふ ぶたにく あつあげ レバー	こめ むぎ でんぶん ごまあぶら さとう あぶら チョコだいふく	えのきたけ にんじん たまねぎ チングエンサイ きくらげ キャベツ れんこん ピーマン	大豆にはたんぱく質が多く含まれるので、「畑の肉」と言われています。他にも成長期に必要なカルシウムや鉄、食物せんいなど多く含まれています。	
16	月	こくとうパン		やさいのスープに とりとレバーのナツツあえ でこぼん	ぎゅうにゅう ベーコン とりにく ひよこまめ レバー	こくとうパン じゃがいも あぶら でんぶん かしゅーナツ	たまねぎ にんじん キャベツ ブロッコリー でこぼん	ふるさとくまさんデー	
17	火	むぎごはん		かきたまじる だいこんのそぼろに いっしょくなつとう	ぎゅうにゅう たまご かまぼこ かつおぶし ぶたにく あつあげ なつとう	こめ むぎ じゃがいも でんぶん さとう あぶら	にんじん たまねぎ ほうれんそう しいたけ だいこん えだまめ こんにゃく	19日【ミニトマト】ミニトマトは、ヘタが濃い緑色で張りがあるものが新鮮です。また、実はしまっていて、濃い赤色のものが甘いそうです。	
18	水	むぎごはん		はっぽうさい れんこんつくね かいそうサラダ	ぎゅうにゅう ぶたにく かまぼこ うずらのたまご つくね ちりめん わかめ	こめ むぎ あぶら でんぶん ごま さとう ごまあぶら	たけのこ にんじん キャベツ たまねぎ ピーマン きくらげ きゅうり		
ふるさとくまさんデー ミニトマト(宇城市産)									
19	木	むぎごはん		ぶたじる ホキのガーリックソースかけ ミニトマト(2c)	ぎゅうにゅう ぶたにく あぶらあげ ホキ とうふ	こめ むぎ ジャがいも あぶら さとう	だいこん ごぼう たまねぎ ねぎ にんじん えのきたけ ミニトマト こんにゃく		
O	20	金	むぎごはん		ポークカレー さいかサラダ	ぎゅうにゅう ぶたにく だいす チキンハム	こめ むぎ ジャがいも あぶら	たまねぎ にんじん キュウリ りんごピューレ キャベツ レタス みかん レモンかじゅう	
24	火	ミルクパン		チャンポン ツナごぼうサラダ	ぎゅうにゅう ぶたにく かまぼこ ツナ	ミルクパン ちゃんぽんめん あぶら アーモンド	たまねぎ もやし キャベツ ねぎ にんじん きくらげ ごぼう きゅうり コーン えだまめ		
25	水	むぎごはん		けんちんじる さばのカレーじょうゆやき やさいソテー	ぎゅうにゅう とうふ あぶらあげ さば ベーコン	こめ むぎ あぶら ジャがいも	にんじん だいこん ごぼう ねぎ しいたけ コーン キャベツ ピーマン こんにゃく		
26	木	むぎごはん		あつあげのうまい だいこんサラダ ごまめ	ぎゅうにゅう ぶたにく あつあげ チキンハム いりこ みそ	こめ むぎ ジャがいも さとう あぶら ごま ねりごま	にんじん たまねぎ たけのこ しいたけ いんげん だいこん きゅうり こんにゃく		
27	金	ピビンバ (やきにく・ナムル)		ワンタンスープ	ぎゅうにゅう ベーコン ぎゅうにく	こめ むぎ あぶら ワンタン ごまあぶら さとう	にんじん キャベツ たまねぎ しいたけ チングエンサイ にら もやし キムチ きゅうり		

献立は物資購入の都合により変更することがあります。

はじめきちんと持てますか?

はじめ持ち方 1本はえんぴつのように持ち、もう1本は握る手の付け根と薬指で支えようになります。上の手を動かして、はしだして食べ物を持ちます。

さしばし
こんな使い方は
マー違反です。

寄せばし
はじめ食事を手元に
寄せると
通いばし
はじめ食べ物を口元に
寄せると

料理にはまじきめて
食べる

