



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-ジュ) ○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	●むぎ ●麦ごはん	牛乳	○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) 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	ちやにくやほねになる (あか) ぎゅうにゅう ぶたにく だいす イカ あつあげ ひじき ちくわ	からだのちょうしをととのえる (みどり) 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
3	か	ミルクパン	牛乳	○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 プロッコリー キャベツ きゅうり りんご	620 25.4
4	すい	●むぎ ●麦ごはん	牛乳	○マー婆ー豆腐 ◆にらと春雨のあえもの	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 ぶたにく だいす 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	牛乳	○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 タラの天ぷら	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 (■麦ごはん)	牛乳	■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	●むぎ ●麦ごはん	牛乳	○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)	牛乳	○ポトフ ◆チリコンカン やきプリンタルト	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 だいす 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 (■麦 ごはん)	牛乳	■中華丼の具 ◆おさつレバー	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	●むぎ ●麦ごはん	牛乳	○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
16	げつ	●むぎ ●麦ごはん	牛乳	○呉汁 ◆笹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 だいす 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
17	か	しょく 食パン	牛乳	○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 じゃがいも さとう あぶら	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
18	すい	おやこどん 親子丼 (■麦 ごはん)	牛乳	■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)	牛乳	■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 だいす 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	牛乳	○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)	牛乳	○ポークビーンズ ◆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 だいす 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	牛乳	○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 カシューなツツ 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	牛乳	○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	●むぎ ●麦ごはん	牛乳	○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