



2月 学校給食献立表

令和7年度

中間市立中学校

日	曜	献立			主 な 食 品						エネルギー (kcal)
					主に体の組織をつくるもの		主に身体の調子を整えるもの		主にエネルギーになるもの		
		主 食	牛乳	副 食	1群 (魚・肉、卵、 豆・豆製品)	2群 (牛乳、小魚、 海藻)	3群 (緑黄色野菜)	4群 (その他の野菜、果物)	5群 (穀物、いも類、 砂糖)	6群 (油脂類)	
2	月	ご飯	牛乳	鶏肉と高野豆腐の卵とし 小松菜とちくわの和え物 一食さけふりかけ	卵 鶏肉 高野豆腐 ちくわ 鮭	牛乳	人参 いんげん 小松菜	玉ねぎ 椎茸 もやし	米 じゃが芋 砂糖	油 ごま	727
3	火	節分献立			鰯	牛乳	人参	大根 キャベツ	米	ごま	725
		ご飯	牛乳	いわしのみぞれ煮 即席漬け あさりのみそ汁 節分豆	あさり 豆腐 油揚げ みそ 大豆	牛乳 昆布 わかめ	ねぎ	きゅうり えのき茸			
4	水	麦ご飯	牛乳	ビーフカレー 大根とハムのマリネ	牛肉 ハム	牛乳 ヨーグルト チーズ	人参	玉ねぎ にんにく 生姜 りんご レーズン 大根 キャベツ	米 麦 じゃが芋 小麦粉 砂糖	油 マーガリン オリーブオイル	815
5	木	食パン はちみつ&マーガリン	牛乳	チャンボン いりこのアーモンドがらめ ぼんかん	豚肉 かまぼこ	牛乳 いりこ	人参 ねぎ	キャベツ 玉ねぎ もやし ぼんかん	パン はちみつ&マーガリン 中華麺 黒砂糖	油 ごま油 アーモンド	764
6	金	麦ご飯	牛乳	麻婆豆腐 切り干し大根の中華サラダ	牛肉 豚肉 豆腐 みそ ハム	牛乳	ねぎ 人参	玉ねぎ にんにく 生姜 白ねぎ 切り干し大根 きゅうり もやし	米 麦 砂糖 でん粉	油 ごま油	782
9	月	ご飯	牛乳	さばのホイル焼き 昆布とあさりの炒め煮 けんちん汁	鯖 みそ 豚肉 あさり 鶏肉 豆腐 油揚げ	牛乳 昆布	人参 いんげん ねぎ	切り干し大根 ごぼう 大根 椎茸	米 砂糖 里芋 こんにゃく	油	721
10	火	食パン チョコブラック& ホワイト	牛乳	クリームスバゲティ 白菜のサラダ みかん	鶏肉 ツナ	牛乳 チーズ 生クリーム	人参 パセリ	玉ねぎ 白菜 きゅうり レモン みかん	パン チョコブラック&ホワイト スバゲティ 小麦粉 砂糖	オリーブオイル マーガリン 油	827
12	木	横割り丸パン	牛乳	セルフバーガー (ハンバーグ、ゆでキャベツ、スライスチーズ) コーンと卵のスープ	牛肉 豚肉 卵 ベーコン	牛乳 チーズ	小松菜	キャベツ 玉ねぎ コーン	パン でん粉 砂糖		811
13	金	麦ご飯	牛乳	中華丼 春巻き	豚肉 いか えび かまぼこ	牛乳	人参	白菜 たけのこ 玉ねぎ 椎茸 生姜 白ねぎ キャベツ	米 麦 でん粉 小麦粉 米粉	油 ごま油	818
16	月	ご飯	牛乳	おでん 焼きししゃも たくあん和え	鶏肉 天ぷら 厚揚げ	牛乳 昆布 ししゃも	人参	大根 たくあん キャベツ きゅうり	米 里芋 こんにゃく	ごま	707
17	火	食パン いちご&マーガリン	牛乳	ボークビーンズ ほうれん草とコーンのソテー	豚肉 大豆 ベーコン	牛乳	人参 トマト ほうれん草	玉ねぎ もやし コーン	パン いちご&マーガリン じゃが芋 砂糖	油	737
18	水	期末考査									
19	木	期末考査									
20	金	ご飯	牛乳	石狩汁 切り干し大根の炒め煮 納豆	鮭 豆腐 みそ 天ぷら 油揚げ 納豆	牛乳	人参 いんげん	キャベツ 大根 玉ねぎ 白ねぎ 切り干し大根 椎茸	米 じゃが芋 砂糖	油	721
24	火	パンパン	牛乳	えびとマカロニのクリーム煮 ビーンズサラダ	鶏肉 えび ツナ ひよこ豆 煮いんげん豆 青えんどう豆	牛乳 チーズ 生クリーム	パセリ 人参	玉ねぎ キャベツ コーン	パンパン マカロニ 小麦粉 パン粉 砂糖	油 マーガリン オリーブオイル	780
25	水	ご飯	牛乳	さわらの香味焼き 野菜のおひたし 豚汁	鯖 かつお節 豚肉 豆腐 みそ	牛乳	人参 ねぎ	生姜 にんにく キャベツ もやし 白菜 ごぼう 大根	米 砂糖 こんにゃく じゃが芋	ごま油	708
26	木	食パン オレンジマーマレード	牛乳	鶏肉とカシューナッツのあげ煮 白菜のスープ	鶏肉 ベーコン	牛乳	ピーマン 人参 パセリ	生姜 玉ねぎ 白菜	パン オレンジマーマレード でん粉 砂糖	油 カシューナッツ	716
27	金	ご飯	牛乳	カレーうどん 大根サラダ	牛肉 ツナ	牛乳	人参 ねぎ	玉ねぎ にんにく りんご キャベツ 大根	米 うどん 小麦粉 砂糖	油 マーガリン オリーブオイル	740

☆ 天候または食材の都合、学校行事の変更、施設設備の都合により、献立の一部が変更になることがあります。ご了承ください。