

# 2月給食献立表

令和7年度

日	曜	昼食	おやつ	赤:血や肉になる	黄:熱や力となる	緑:調子をととのえる	エネルギーたんぱく質
2	月	肉団子と春雨のみそ汁 豆腐のコーン揚げ オレンジ	粉乳 ★クックマツシ風トースト	麦みそ・鶏ひき肉・木綿豆腐・鶏卵 脱脂粉乳・ロースハム プロセスチーズ・明治ラブ	じゃがいも・普通はるさめ・薄力粉 マヨネーズ・なたね油・食パン 無塩バター	たまねぎ・にんじん・生しいたけ えのきたけ・はくさい・こねぎ・スイートコーン バレンシアオレンジ	457kcal 24.2g
3	火	魚のバーベキュー風 ごぼうと干し大根の煮物 ワカメのみそ汁 みかん缶	粉乳(ココア入) ★しっとりきな粉クッキー	しいら・鶏もも・油揚げ・麦みそ 煮干し・脱脂粉乳・鶏卵・きな粉 普通牛乳	かたくり粉・なたね油・車糖・ごま じゃがいも・ホトケキックス 無塩バター	しょうが・りんご・レモン・たまねぎ にんじん・ごぼう・ほんしめじ 切干しだいこん・さやえんどう カットわかめ・えのきたけ・こねぎ みかん缶詰	461kcal 28.1g
4	水	冬野菜のシチュー ミートローフ パナナ	粉乳 ★パルミエ	鶏もも・明治ラブ・鶏ひき肉 豚ひき肉・鶏卵・木綿豆腐 普通牛乳・脱脂粉乳	じゃがいも・有塩バター・薄力粉 なたね油・パン粉・車糖・パイ皮 グラニュー糖	たまねぎ・にんじん・ほんしめじ カリフラワー・ブロッコリー・スイートコーン はくさい・さやえんどう・パセリ・パナナ	491kcal 24.8g
5	木	鶏肉の甘酢からめ 胡麻和え 酢辣湯スープ パイン缶	粉乳 ★カレー風味パン	鶏もも・まぐろ缶詰・鶏卵 かつお節・脱脂粉乳・明治ラブ 豚ひき肉	かたくり粉・なたね油・車糖・ごま ごま油・ホトケキックス	こまつな・にんじん・りよくとうもやし きゅうり・スイートコーン・ブロッコリー 生しいたけ・はくさい・だし昆布 パインアップル缶詰・たまねぎ	480kcal 29.9g
6	金	肉うどん 高菜のそぼろ煮 オレンジ	粉乳 ★ポンデ・ドーナツ	豚かた・油揚げ・かつお節 豚ひき肉・脱脂粉乳・ヨーグルト 絹ごし豆腐	うどん・なたね油・車糖・ごま 白玉粉・ホトケキックス グラニュー糖	しょうが・にんにく・たまねぎ・ごぼう にんじん・生しいたけ・こまつな・こねぎ だし昆布・たかな漬 バレンシアオレンジ	435kcal 21.2g
7	土	芋汁 サモマヨコイ パナナ	牛乳 塩せん	鶏もも・油揚げ・木綿豆腐 かつお節・麦みそ 骨なしサーモンフライ・普通牛乳	じゃがいも・さつまいも・なたね油 塩せんべい	たまねぎ・にんじん・大根・こねぎ だし昆布・パナナ	447kcal 20.9g
9	月	麻婆豆腐 手作りシウマイ Feすりおろしゼリー	粉乳 ★お好み揚げ	豚ひき肉・木綿豆腐・麦みそ はんぺん・脱脂粉乳・しらす干し かに風味かまぼこ・鶏卵	車糖・かたくり粉・ごま油 しゅうまいの皮 Feすりおろしゼリー・ながいも 薄力粉・なたね油	しょうが・にんにく・たまねぎ・にんじん たけのこ水煮缶詰・生しいたけ・こねぎ キャベツ・りよくとうもやし・あおのり	408kcal 25.8g
10	火	白身魚のピザ風焼き ひじきサラダ 大根のみそ汁 黄桃缶	粉乳(ココア入) ★スイートポテト	しいら・エメンタルチーズ まぐろ缶詰・麦みそ・煮干し 脱脂粉乳・明治ラブ・鶏卵	マヨネーズ・食パン・さつまいも 車糖・無塩バター	たまねぎ・ほしひじき・きゅうり・にんじん スイートコーン缶詰・ブロッコリー 生しいたけ・大根・こねぎ・もも缶詰	440kcal 27.9g
12	木	チャプチェ のり佃煮 揚げと豆腐のスープ みかん缶	粉乳 ★じゃがいものサモサ風	豚かた・油揚げ・木綿豆腐 かつお節・脱脂粉乳・豚ひき肉	車糖・ごま油・普通はるさめ・ごま ぎょうざの皮・じゃがいも マヨネーズ・なたね油	たまねぎ・にんじん・生しいたけ・にら はくさい・Feのり佃煮・こねぎ・ま昆布 みかん缶詰	326kcal 18.5g
13	金	ハンバーグ スパツテー 野菜スープ パイン缶	元気ヨーグルト ★チョコチップクッキー	豚ひき肉・木綿豆腐・鶏卵 ベーコン・かつお節	パン粉・車糖・マロ・スパゲッティ なたね油・元気ヨーグルト・薄力粉 有塩バター・ミルクチョコレート	たまねぎ・にんじん・青ピーマン キャベツ・大根・はくさい・ほんしめじ ま昆布・パインアップル缶詰	419kcal 17.4g
14	土	呉汁 しらすとねぎの卵焼き オレンジ	牛乳 ココアワッフル	蒸し大豆・鶏もも・油揚げ かつお節・麦みそ・鶏卵 しらす干し・普通牛乳	さといも・車糖・ワッフル	日本かぼちゃ・にんじん・たまねぎ 大根・こねぎ・バレンシアオレンジ	393kcal 26.5g
16	月	おでん 納豆和え 黄桃缶	粉乳 ★カレーチーズラスク	鶏もも・焼き竹輪・蒸しかまぼこ 厚揚げ・鶏卵・かつお節 挽きわり納豆・しらす干し 脱脂粉乳・パルメザンチーズ	じゃがいも・さといも・車糖 なたね油・ごま・食パン	たまねぎ・にんじん・大根・さやえんどう だし昆布・こまつな・もも缶詰	466kcal 26.3g
17	火	ブリの照り焼き きんぴら キャベツのみそ汁 みかん缶	粉乳 ★米粉のもちもちホトケキ	ぶり・鶏もも・だいず・油揚げ 麦みそ・煮干し・脱脂粉乳 普通牛乳・ホップクリーム	ごま油・車糖・ごま・じゃがいも 米粉・ホトケキックス	しょうが・ごぼう・たまねぎ・にんじん ほんしめじ・さやえんどう・トマト キャベツ・えのきたけ・こねぎ みかん缶詰	480kcal 28.3g
18	水	吉野汁 ふくさ焼き パナナ	ジョア ★パスタソースケーキ風	鶏もも・油揚げ・厚揚げ・かつお節 豚ひき肉・木綿豆腐・鶏卵 クリームチーズ・クリーム	じゃがいも・さといも・かたくり粉 なたね油・車糖・ぎょうざの皮	たまねぎ・にんじん・大根 りよくとうもやし・こねぎ・だし昆布 ほしひじき・さやえんどう・パナナ	431kcal 19.1g
19	木	揚げ鶏のおろし煮 ごまだレサラダ たまごスープ パイン缶	粉乳(ココア入) ★ウイナー蒸しパン	鶏もも・ロースハム・鶏卵 木綿豆腐・脱脂粉乳・ウイナー 明治ラブ	かたくり粉・車糖・ホトケキックス ごま油・マヨネーズ	大根・キャベツ・きゅうり・にんじん スイートコーン缶詰・こまつな・たまねぎ えのきたけ・パインアップル缶詰 こねぎ	464kcal 25.5g
20	金	みそラーメン ピーマン昆布 オレンジ	粉乳 ★チヂミ	豚もも・鶏卵・麦みそ・豆みそ 豚ガラ・鶏ガラ・しらす干し 脱脂粉乳・豚ばら・明治ラブ	中華めん・ごま・薄力粉・なたね油 ごま油	しょうが・にんにく・にんじん りよくとうもやし・たまねぎ・キャベツ スイートコーン・こねぎ・青ピーマン 昆布つくだ煮・バレンシアオレンジ・にら	397kcal 23.5g
21	土	厚揚げとじゃが芋のそぼろ煮 国産いわしの生妻煮 パナナ	牛乳 チョコデニッシュ	厚揚げ・豚ひき肉 国産いわしの生妻煮・普通牛乳	なたね油・じゃがいも・車糖 かたくり粉・チョコパン	たまねぎ・にんじん・さやえんどう パナナ	487kcal 21.8g
24	火	豚汁 ツナのカレー風味揚げ 黄桃缶	麦茶 ★ひじきおにぎり	豚もも・油揚げ・厚揚げ・麦みそ かつお節・まぐろ缶詰・木綿豆腐 鶏卵	じゃがいも・さといも・なたね油 薄力粉・マヨネーズ・米・車糖	たまねぎ・にんじん・ごぼう・大根 ほんしめじ・りよくとうもやし・こねぎ だし昆布・もも缶詰・ほしひじき	351kcal 16.3g
25	水	*誕生会* 鬼っくらんち 鶏の唐揚げ ミートボール フライドポテト おかか和え ミニトマト おさ汁 いちご	粉乳 ケーキ	鶏もも・まぐろ缶詰・かつお削り節 木綿豆腐・かつお節・脱脂粉乳	かたくり粉・なたね油 フライドポテト・車糖 ショートケーキ	たまねぎ・にんじん・ぶなしめじ しょうが・にんにく・パセリ・こまつな りよくとうもやし・きゅうり・スイートコーン ブロッコリー・ミニトマト・あおさ 生しいたけ・こねぎ・ま昆布・いちご	
26	木	ビーフカレー スパサラ オレンジ	粉乳 ★ふくれ菓子	牛かた・まぐろ缶詰・鶏卵 脱脂粉乳・明治ラブ	じゃがいも・なたね油 マロ・スパゲッティ・マヨネーズ 中力粉・黒砂糖	たまねぎ・青ピーマン・ブロッコリー にんじん・西洋かぼちゃ・きゅうり スイートコーン・バレンシアオレンジ	483kcal 20.9g
27	金	鶏肉のスタミナ焼き 酢の物 南瓜のみそ汁 パイン缶	粉乳(ココア入) ★揚げ芋団子	鶏もも・蒸しかまぼこ・油揚げ 鶏卵・木綿豆腐・麦みそ・煮干し 脱脂粉乳	緑豆はるさめ・車糖・ごま油 さつまいも・薄力粉・なたね油	にら・きゅうり・にんじん・りよくとうもやし 生しいたけ・たまねぎ・西洋かぼちゃ こねぎ・パインアップル缶詰	431kcal 24.2g
28	土	すき焼き風煮 チーズメンチ マヨネーズゼリー	牛乳 アスパラガスピスケット	豚かた・焼き豆腐・かつお節 普通牛乳	うどん・なたね油・車糖・ゼリー アスパラガスピスケット	たまねぎ・にんじん・えのきたけ 生しいたけ・根深ねぎ・はくさい こまつな・だし昆布	491kcal 21.8g

(※ このマークの日はご飯はいりません)