

令和7年度 2月

このたてひよう

置戸町学校給食センター

日	献立名	赤の仲間 血や肉になる	緑の仲間 体の調子を整える	黄の仲間 熱や力の元になる	エネルギー
2月	ごはん			米 大麦	小 566 kcal 中 695 kcal 高 569 kcal
	大根と豚肉のうま煮	豚肉	筍 大根、さやいんげん		
	わかめの酢の物	わかめ	もやし		
	チゲ風味みそ汁	豆腐 油揚げ 卵	キムチ 長葱	ごま油	
	ごはん				
3火	いわしの梅焼き	いわし	ねり梅	米 大麦	小 708 kcal 中 874 kcal 高 748 kcal
	キャベツのみそマヨ和え		キャベツ 小松菜	ごま	
	節分汁	大豆 おにかまぼこ 厚揚げ	かぶ		
4水	カレー風味焼きそば	豚肉	もやし 入参 にら	焼きそば麺 米油	小 761 kcal 中 953 kcal 高 827 kcal
	大学芋		さつまいも	米油 ごま	
	白菜とコーンの中華スープ		白菜 長葱 コーン		
	ごはん			米 大麦	小 657 kcal 中 804 kcal 高 678 kcal
5木	鶏肉の南部焼き	鶏肉	生姜	ごま 米油	
	かぼちゃの煮物		かぼちゃ		
	えのきのみそ汁	厚揚げ	えのき 小松菜		
	ガーリック/パリルトースト		にんにく バジル	スライスパン バター	小 648 kcal
6金	ちくわのチーズフライ	竹輪 プロセスチーズ 卵		小麦粉 パン粉 米油	中 807 kcal 高 681 kcal
	ポトフ	ベーコン	人参 キャベツ	じゃがいも 米油	
	ごはん			米 大麦	小 553 kcal 中 681 kcal 高 555 kcal
9月	ひじきとツナの炒め物	豚肉 ひじき ツナ	もやし チンゲン菜	ごま油	
	プロッコリーのおかか和え	鶏肉 蟹節	プロッコリー 白菜		
	小松菜のみそ汁		小松菜 大根		
10火	ごはん			米 大麦	小 575 kcal 中 710 kcal
	豆腐のそぼろ炒め	豆腐 鶏ひき肉 大豆ミート	白滝 さやいんげん	米油 じゃがいも	
	キャベツとごぼうのサラダ		ごぼう 人参 キャベツ		
	きくらげの中華スープ		きくらげ 玉葱	ごま油	
	ごはん			米 大麦	小 546 kcal 中 662 kcal 高 536 kcal
12木	ますのねぎみそ焼き	ます	長葱		
	大根とちくわの海苔和え	竹輪 刻みのり	大根		
	なめこのすまし汁	厚揚げ	なめこ		
	すきやき丼	豆腐 豚肉	白滝 玉葱 白菜	米 大麦 米油	小 658 kcal 中 817 kcal 高 691 kcal
13金	カツトりんご		りんご		
	卵のみそ汁	卵 油揚げ			
	ごはん			米 大麦	小 586 kcal 中 723 kcal 高 597 kcal
16月	鶏肉のちゃんちゃん焼き	鶏肉	しめじ 玉葱 キャベツ コーン	バター	
	もやしのピリ辛ナムル		人参 もやし 唐辛子	ごま油 ごま	
	じゃがいものすまし汁		えのき	じゃがいも	
	ごはん			米 大麦	小 555 kcal 中 678 kcal 高 552 kcal
17火	厚揚げのキムチ炒め	豚肉 厚揚げ	白菜 キムチ 椿芽	ごま油 でん粉	
	大根とわかめの和え物	わかめ	大根 チンゲン菜	ごま油	
	ごぼうと小松菜のみそ汁		ごぼう 小松菜		
18水	納豆スパゲティ	ひきわり納豆 鶏ひき肉 刻みのり	長葱 玉葱 にんにく	スパゲティ オリーブ油	小 717 kcal 中 894 kcal 高 768 kcal
	キャベツのマスターードマリネ	ハム	キャベツ 人参	オリーブ油	
	手作りアップルパイ	卵	りんご レモン汁	パイシート	
	ごはん			米 大麦	小 720 kcal 中 915 kcal 高 789 kcal
19木	鶏肉の唐揚げ	鶏肉	生姜 にんにく	小麦粉 でん粉 ごま油	
	大根サラダ		大根 ブロッコリー コーン レモン汁		
	水菜の中華スープ		水菜 白菜 えのき	ごま油	
	スライスパン			スライスパン	小 630 kcal 中 778 kcal 高 652 kcal
20金	手作りりんごジャム		りんご レモン汁		
	ほうれん草のオムレツ	卵	ほうれん草	じゃがいも 米油	
	マカロニのトマトスープ	ウインナー	玉葱 人参 トマトピューレ トマト缶	マカロニ	
	ごはん			米 大麦	小 557 kcal 中 673 kcal 高 547 kcal
24火	鶏肉のゆずこしょう焼き	鶏肉			
	白菜のゆかり和え		白菜		
	豆腐と麸のすまし汁	豆腐	麸	豆麩	
25水	みそバターコーンラーメン	豚肉	人参 コーン きくらげ キャベツ にら 長葱 にんにく 生姜	ラーメン バター 米油	小 620 kcal 中 778 kcal 高 652 kcal
	もやしの磯香和え	刻みのり	もやし		
	きなこ団子	きなこ		冷凍白玉	
	ごはん			米 大麦	小 582 kcal 中 716 kcal 高 590 kcal
26木	炒り鶏	鶏肉	ごぼう こんにゃく れんこん さやいんげん 乾燥椎茸	ごま油	
	切干大根の白和え	豆腐 ひじき	小松菜 切干大根	ごま	
	卵の中華スープ	卵	えのき	ごま油	
27金	篠原牛ピーフシチュー	篠原牛もも肉	人参 セロリ 玉葱 にんにく 生姜 トマトピューレ バジル	米 大麦 じゃがいも バター	小 826 kcal 中 1038 kcal 高 912 kcal
	海藻サラダ		水菜 もやし		
	ハニーアップルヨーグルト	ヨーグルト	りんご レモン汁	はちみつ	