

令和7年度 2月分学校給食予定献立表 毛呂山町学校給食センター

日	曜	献立		食材料(太字は毛呂山町産の予定)			栄養価		
		主食・のみもの つけるもの・かけるもの	おかず デザートなど	主に血や肉を作る食品 (赤色の食品)	主に体の調子を整える食品 (緑色の食品)	主に熱や働きになる食品 (黄色の食品)	エネルギー kcal	たんぱく質 g	
2	月	♥ごはん 牛乳	♥中華風かきたま汁 鶏肉の桂木焼き(バ) ♥竹輪のサラダ(角)	牛乳、鶏卵、鶏肉、生竹輪	にんじん、たまねぎ、とうもろこし、根菜ねぎ、ほうれんそう、根しょうが、きゅうり、キャベツ	ごはん、ごま油、でん粉、ゆずジャム、米ぬかサラダ油、三温糖、ごま	603 759	24.7 29.5	
3	火	ごはん 牛乳	節分汁 いわしのみぞれ煮(バ) ♥キャベツのおかかマヨネーズ風和え(角)	牛乳、豚肉、煮干し、削り節、だいず、赤みそ、白みそ、いわしのみぞれ煮、かつお節	根しょうが、ごぼう、にんじん、だいこん、根菜ねぎ、きゅうり、キャベツ	ごはん、ごま油、じゃがいも、マヨネーズタイプ調味料(卵不使用)	670 788	27.2 29.1	
4	水	♥ミニきな粉 揚げパン(バ) 牛乳	鶏肉とミートボールのクリーム煮 ウインナーのケチャップ炒め(角) 角チーズ(中)	牛乳、鶏肉、肉団子、きなこ、ウインナーソーセージ、チーズ	たまねぎ、にんじん、根しょうが、根菜ねぎ、ピーマン	米ぬかサラダ油、じゃがいも、米粉、バター、コッペパン、なたね油、上白糖、三温糖	639 761	25.2 32	
5	木	ごはん 牛乳	♥トック入りキムチスープ ♥ねぎ塩焼き肉(角) ♥みかん(バ)	牛乳、鶏肉、豚肉	根しょうが、はくさいキムチ、キャベツ、にんにく、にんじん、根菜ねぎ、レモン果汁、みかん	ごはん、米ぬかサラダ油、トック、ごま油	651 809	25.6 30.9	
6	金	ごはん 牛乳	中華スープ 白身魚のあんかけ(バ) ♥チンジャオロースー(角)	牛乳、鶏肉、豆腐、白身魚の天ぷら、豚肉	にんじん、たまねぎ、根菜ねぎ、しめじ、根しょうが、にんにく、たけのこ、ピーマン	ごはん、ごま油、ごま、なたね油、米ぬかサラダ油、三温糖、でん粉、ラー油	667 859	29.2 36.9	
9	月	♥バターロール 牛乳	ラビオリスープ ミラノ風カツレツ(バ) カラフルポテト(角)	牛乳、豚肉、チキンカツ粉チーズ	にんじん、たまねぎ、もやし、ほうれんそう、にんにく、トマト缶、レモン果汁、とうもろこし、きゅうり	バターロール、米ぬかサラダ油、ポークラビオリ、なたね油、オリーブ油、三温糖、じゃがいも	646 821	25.7 31.2	
10	火	♥中華めん 牛乳	♥みそラーメンの汁 ♥春巻き(バ) パンパンジーサラダ(角)	牛乳、豚肉、赤みそ、春巻き、サラダチキン	根しょうが、にんにく、にんじん、もやし、とうもろこし、根菜ねぎ、にら、きゅうり、キャベツ	中華めん、米ぬかサラダ油、黒砂糖、なたね油、三温糖、ごま	676 867	25.4 31.6	
12	木	ごはん 牛乳	生揚げとじゃがいものそぼろ煮 肉団子のごまみそかけ (小1-2③小3~中② 巴) 浅漬け(角)	牛乳、鶏肉、生揚げ、肉団子、赤みそ	根しょうが、にんじん、しらたき、乾しいたけ、きゅうり、キャベツ	ごはん、米ぬかサラダ油、じゃがいも、三温糖、でん粉、ごま	636 802	25.1 30.4	
13	金	♥ツイストパン 牛乳	♥アルファベットスープ オムレツのミートソースかけ(バ) ♥パリジャンサラダ(角) チョコプリン(学)	牛乳、鶏肉、オムレツ、豚肉、チーズ	にんじん、たまねぎ、だいこん、はくさい、トマビュレー、キャベツ、きゅうり、とうもろこし	ツイストパン、米ぬかサラダ油、アルファベットマカロニ、三温糖、上白糖、チョコプリン	596 753	23 28.8	
16	月	ごはん 牛乳	けんちん汁 ♥小えびのから揚げ(バ) ♥豚肉と切り干し大根の加ーきんぴら(角)	牛乳、鶏肉、煮干し、削り節、豆腐、小えびのから揚げ、豚肉、かつおぶし	ごぼう、にんじん、たまねぎ、しめじ、切干しだいこん、こんにゃく	ごはん、ごま油、さつまいも、なたね油、米ぬかサラダ油、三温糖	600 754	24.8 30	
17	火	ごはん ♥コーヒーマルク(学)	ジャーマンスープ ♥タコライスの具(バ) パリパリ塩キャベツ(角)	コーヒーマルク、ウインナーソーセージ、豚肉	たまねぎ、にんじん、パセリ、キャベツ	ごはん、米ぬかサラダ油、じゃがいも	679 825	24.3 28.5	
18	水	♥ナン 牛乳	米粉のキーマカレー ハムとキャベツのマヨネーズ風サラダ(角) ヨーグルト(学)	牛乳、豚肉、チーズ、ヨーグルト、ポークハム	にんにく、根しょうが、たまねぎ、にんじん、ソテーオニオン、トマトビュレー、キャベツ、きゅうり	ナン、米ぬかサラダ油、じゃがいも、ココア、バター、米粉、マヨネーズタイプ調味料(卵不使用)	629 785	25 30.6	
19	木	ごはん 牛乳	親子煮 ぶりの照焼き(バ) ♥毛呂っ子サラダ(角)	牛乳、鶏肉、煮干し、削り節、鶏卵、ぶり、生竹輪	にんじん、たまねぎ、根しょうが、はくさい、きゅうり	ごはん、米ぬかサラダ油、三温糖、じゃがいも、でん粉、ゆずジャム、ごま油	680 866	31.2 38.2	
20	金	ごはん 牛乳	♥マーボー豆腐 中華サラダ(角)	牛乳、豚肉、豆腐	にんにく、根しょうが、根菜ねぎ、にんじん、たけのこ、きゅうり、もやし、こまつな	ごはん、米ぬかサラダ油、三温糖、でん粉、上白糖、ごま油	625 799	27.5 33.7	
24	火	コッペパンスライス 牛乳	ミートボールとオニオンのスープ ♥焼きそば(バ) フルーツクリーム和え(角)	牛乳、肉団子、豚肉、あおのり	たまねぎ、にんじん、ソテーオニオン、キャベツ、レトルトパイン、ダイゼリーみかん、ミックスフルーツ(黄桃、白桃、りんご、ラフランス)	コッペパン、米ぬかサラダ油、蒸し中華めん、ホイップクリーム	633 792	24 29.1	
25	水	♥わかめごはん 牛乳	豚汁 さばのピリッとジャン(バ) 野菜の昆布しょうゆ和え(角)	牛乳、豚肉、煮干し、削り節、豆腐、赤みそ、さばの鯉粉、昆布	にんじん、だいこん、根菜ねぎ、根しょうが、にんにく、きゅうり、キャベツ	わかめごはん、米ぬかサラダ油、じゃがいも、なたね油、三温糖	698 870	24.6 29.1	
26	木	ごはん 牛乳	沢煮焼 ♥ハンバーグのおろしソースかけ(バ) 五目きんぴら(角)	牛乳、鶏肉、かつおぶし、ハンバーグ、豚肉	にんじん、たまねぎ、えのきたけ、こまつな、根菜ねぎ、だいこん、しめじ、ごぼう、たけのこ、こんにゃく	ごはん、米ぬかサラダ油、でん粉、三温糖	656 831	27.9 33.9	
27	金	♥地粉うどん 牛乳	♥手作りカレー鶏南蛮うどんの汁 ♥竹輪の磯辺揚げ(バ) ごぼうサラダ(角)	牛乳、煮干し、削り節、鶏肉、油揚げ、焼き竹輪、あおのり、白みそ	にんじん、たまねぎ、根菜ねぎ、ほうれんそう、ごぼう、とうもろこし、きゅうり	地粉うどん、でん粉、米ぬかサラダ油、米粉、小麦粉、なたね油、上白糖、ごま	616 827	24.5 32.1	
給食回数		18回		(学)・・・学校配達 (角)・・・角食缶 (バ)・・・バット (ビ)・・・ビニール袋 (小)・・・小学校 (中)・・・中学校			平均栄養量	644 809	25.8 31.4
※ 材料入荷の都合により献立を突然変更することや、欠品することがあります。					基準栄養量		630 805	21.1 27	

※ 材料入荷の都合により献立を突然変更することや、欠品することがあります。

※ 〇ー157対策のため生野菜をひかえた献立になっています。ご理解とご協力をお願いいたします。

※ ♥の料理は、小学6年生と中学3年生が回答した「もう一度食べたい給食アンケート」で希望のあったものです。