



令和7年2月分 給食献立予定表



瀬戸内市邑久・牛窓学校給食調理場

日 付	献 立 名				エネルギー ギョー — (小) (中) (大)	主 な 材 料					
	主 食	主 菜 (メインのおかず)	副菜 (主菜をおぎなう)	その他		血 や に く に な る	体 の 調 子 を と の と の え る	力 や 熱 の も と に な る			
3 (月)	節分献立 ふくふくごはん 【小麦・大豆】	いわしのかば焼き 【小麦・大豆】	打ち豆汁 【大豆】		559 662 784	牛乳 いわし 大豆	ちりめん 油揚げ みそ	だいこん れんこん しょうが にんじん ねぎ	きゅうり しそ なす たまねぎ 枝豆	米 天ぷら油 さといも	むぎ でんぷん 三温糖
					緑黄色野菜	牛乳 ベーコン 卵	生クリーム チーズ	にんにく にんじん パセリ だいこん ぼんかん	たまねぎ マッシュルーム キャベツ とうもろこし	ソフトめん サラダ油 バター フレンチドレッシング	
4 (火)	ソフトめんカルボナーラ風 【ソフトめん:小麦】【ソース:乳・卵・豚肉・鶏肉・小麦・大豆】		大根サラダ	ぽんかん	585 727 855	大豆製品					
5 (水)	むぎ 麦ごはん	マーボー豆腐 【豚肉・鶏肉・小麦・大豆・ごま】	◆牛窓中3年生わくわく給食♪ ◆ばんさんすう 【小麦・大豆】		536 673 798	牛乳 大豆 とうふ	ぶた肉 みそ くきわかめ	しょうが にんじん 干椎茸 ねぎ	にんにく たまねぎ たけのこ キャベツ	米 でんぷん 春雨	むぎ ごま油 三温糖
6 (木)	こめここくとう 米粉黒糖パン 【小麦・乳・大豆】	ポークビーンズ 【豚肉・小麦・大豆】	ごぼうとひじきのサラダ 【小麦・大豆】		483 635 774	牛乳 大豆 ひじき	ぶた肉 ひよこ豆	にんじん トマト ごぼう ブロッコリー	たまねぎ いんげん キャベツ	米粉黒糖パン じゃがいも ノンエッグマヨネーズ	
7 (金)	もち麦ごはん	ゆずみそおでん 【鶏肉・小麦・大豆】	白菜とほうれん草のおかかあえ 【小麦・大豆】		498 626 748	牛乳 丸天 厚揚げ	とり肉 昆布 みそ	だいこん ゆず はくさい	にんじん ほうれん草	米 じゃがいも	もちむぎ 三温糖
10 (月)	◆キムチ チャーハン 【小麦・大豆・豚肉】	◆揚げぎょうざの 甘酢かけ 【小麦・豚肉・大豆・ごま】	◆牛窓中3年生わくわく給食♪ ◆春雨スープ 【鶏肉・小麦・大豆】		540 672 879	牛乳 油揚げ とり肉	ぶた肉	にんにく 白菜キムチ にんじん しょうが ねぎ	干椎茸 こまつな たまねぎ しょうが キャベツ	米 ごま油 砂糖 でんぷん 春雨 パン粉 小麦粉	むぎ 天ぷら油 ラー油 小麦粉
12 (水)	バレンタインデー献立 コーンライスのハッシュドビーフがけ 【ハッシュドビーフ:牛肉・大豆・小麦・鶏肉】		海そうサラダ 【小麦・大豆】	◆今城小リクエスト献立♪ ◆★チョコ クレープ【大豆】	622 739 841	牛乳 海そうミックス 大豆	牛肉	とうもろこし セロリー たまねぎ トマト こまつな	にんにく にんじん マッシュルーム キャベツ	米 サラダ油 小麦粉 しそドレッシング チョコクレープ	むぎ 小麦粉
13 (木)	◆セルフハンバーガー (ハンバーグ【豚肉・鶏肉・大豆】、 キャベツソテー、●ケチャップソース【大豆・りんご】) 【米粉パン:小麦・乳・大豆】		◆コーンスープ 【豚肉・鶏肉・小麦・大豆】	◆邑久中3年生わくわく給食♪ ◆今城小リクエスト献立♪	494 665 822	牛乳 ベーコン	ぶた肉 とり肉	キャベツ たまねぎ チンゲンサイ	にんじん とうもろこし	米粉パン じゃがいも 砂糖	サラダ油 でんぷん
14 (金)	もってえねんジャーの日 むぎ 麦ごはん	筑前煮 【鶏肉・小麦・大豆】	和風サラダ 【小麦・大豆・豚肉】	●海の五目佃煮 【小麦・大豆】	521 649 770	牛乳 昆布 わかめ	とり肉 ちくわ ひじき かつおぶし	しょうが にんじん 干椎茸 キャベツ とうもろこし	ごぼう れんこん いんげん こまつな	米 じゃがいも たまねぎドレッシング 砂糖	むぎ 三温糖
17 (月)	むぎ 麦ごはん	さけの塩こうじ焼き 【鮭・大豆】	キャベツのアーモンドあえ 【アーモンド・小麦・大豆】 のっぺい汁【小麦・大豆】		542 681 807	牛乳 みそ 油揚げ	さけ ちくわ	にんじん ほうれん草 だいこん	キャベツ ごぼう 白ねぎ	米 砂糖 アーモンド さといも	むぎ ごま油 三温糖 でんぷん
18 (火)	◆邑久小リクエスト献立♪ ◆みそラーメン 【中華めん:小麦】 【汁:豚肉・鶏肉・大豆】	春巻き 【小麦・大豆・豚肉】	チンゲンサイのナムル 【小麦・大豆】		571 686 826	牛乳 ぶた肉	みそ くきわかめ	しょうが にんじん たまねぎ とうもろこし キャベツ だいこん	にんにく たまねぎ もやし 干椎茸 チンゲンサイ	中華めん 三温糖 春雨 小麦粉	天ぷら油 ごま油 でんぷん 米粉
19 (水)	むぎ 麦ごはん	すき焼き 【牛肉・小麦・大豆】	キャベツの梅昆布あえ 【小麦・大豆】	★ヨーグルト 【乳】	580 709 826	牛乳 昆布 ヨーグルト	牛肉 とうふ	ごぼう たまねぎ はくさい キャベツ うめ	にんじん 干椎茸 もやし	米 三温糖	むぎ じゃがいも
20 (木)	こめこ 米粉パン 【小麦・乳・大豆】	◆邑久中3年生わくわく給食♪ ◆クリームシチュー 【鶏肉・豚肉・乳・小麦・大豆】	水菜とツナのサラダ	◆邑久小リクエスト献立♪ ◆●ミルメーク いちご	533 687 827	牛乳 ベーコン	とり肉 ツナ	にんじん たまねぎ マッシュルーム ブロッコリー キャベツ	たまねぎ だいこん みずな	米粉パン 小麦粉 三温糖 ミルメークいちご	じゃがいも バター サラダ油
21 (金)	むぎ 麦ごはん	チキン南蛮【鶏肉・小麦・大豆】 (●ノンエッグタルタル ソース【大豆】)	そえ野菜 豆乳みそ汁 【大豆】	ふるさとの味 給食の日	607 738 893	牛乳 油揚げ 豆乳	とり肉 みそ	レモン にんじん だいこん こまつな	キャベツ たまねぎ はくさい	米 でんぷん 三温糖 ノンエッグタルタルソース	むぎ 天ぷら油 じゃがいも
25 (火)	ソフトめんのつけナポリタン 【ソフトめん:小麦】【ソース:鶏肉・豚肉・小麦・大豆】		イタリアンサラダ	ココアマフィン 【小麦・乳・大豆】	574 715 845	牛乳 ベーコン	とり肉	にんにく たまねぎ トマト マッシュルーム エリンギ キャベツ	セロリー にんじん ピーマン だいこん	ソフトめん イタリアンドレッシング でんぷん バター ケーキドーナツミックス チョコチップ	サラダ油
26 (水)	むぎ 麦ごはん	さわらのレモンみそかけ 【大豆】	いんげんのごまあえ【ごま・小麦・大豆】 沢煮椀【豚肉・小麦・大豆】		517 650 770	牛乳 みそ	さわら ぶた肉	レモン キャベツ ごぼう 干椎茸 ねぎ	いんげん にんじん だいこん はくさい たけのこ	米 砂糖 ごま	むぎ 三温糖
27 (木)	こめこ 米粉パン (幼小中1・2) 【小麦・乳・大豆】 ◆きなこ揚げパン (中3のみ) 【小麦・乳・大豆】	カレーポトフ 【鶏肉・豚肉・小麦・大豆】	かんきつドレッシングサラダ 【小麦・オレンジ・大豆】	●黒豆きなこ クリーム (幼小中1・2年) 【乳・大豆・ごま】	521 664 852	牛乳 とり肉	きなこ ウインナー	にんじん マッシュルーム キャベツ とうもろこし みずな	たまねぎ 枝豆 レッドキャベツ だいこん	米粉パン サラダ油 かんきつドレッシング 黒豆きなこクリーム	天ぷら油 じゃがいも
28 (金)	むぎ 麦ごはん	ぶた肉のしょうが炒め 【豚肉・小麦・大豆】	ポテトサラダ【大豆】 ◆キャベツのみそ汁【大豆】	◆牛窓中3年生 わくわく給食♪	547 688 816	牛乳 油揚げ	ぶた肉 みそ	しょうが きゅうり ごぼう しめじ 白ねぎ	たまねぎ にんじん だいこん キャベツ	米 三温糖 ノンエッグマヨネーズ	むぎ じゃがいも

※○印は瀬戸内市基本献立です。 ※●は、小袋がつかます。★は直接学校に配送されます。
※献立は都合により変更することがあります。牛乳は毎日つかます。
※献立名の欄に、アレルギー源になりやすい28品目に該当するものを【 】に載せています。
※米粉パン【小麦・乳・大豆】、米粉ソフトめん・米粉中華めん・うどん【小麦】が含まれています。
※瀬戸内市のホームページに、献立表と使用した食材の産地を掲載しています。
※14日は「もってえねんジャーの日」です。苦手なものにも挑戦して、食べ残しを少しでもなくしましょう。

2月の瀬戸内市産食材使用予定

米 小麦粉 白菜 キャベツ 裳掛手作りみそ



あなたの好きな 給食メニューは?



◆今月は、邑久中学校3年生、牛窓中学校3年生のリクエストにこたえて、卒業前に食べたい給食の献立を取り入れています。邑久小学校、今城小学校からのリクエストもあります。お楽しみに♪
27日(木)の『きなこ揚げパン』は、調理工程上全員に作ることが難しいため、中学3年生だけに提供します。