

# 2月の献立予定表

新発田市学校給食紫雲寺共同調理場  
令和7年度 2月

日	曜	こんだけ			おもな使用食品						エネルギー
		主食	のみもの	おかず	あか おもに体を作る		みどり おもに体の調子をととのえる		きいろ おもに熱や力になる		上段: 小学校 下段: 中学校
					たんぱく質	カルシウム	カロテン	ビタミンCなど	炭水化物	脂質	
		麺の日献立									
2	月	ごはん	牛乳	豆腐ハンバーグ 和風ソースかけ ツナポテトサラダ 新発田麺のみぞ汁	とり肉, ぶた肉, ツナ, とうふ, <u>あやめみそ</u>	煮干だし, わかめ, 牛乳	にんじん	えのきだけ, しょうが, きゅうり, とうもろこし, <b>だいこん</b> , しめじ, <b>長ねぎ</b>	米, 三温糖, かたくり粉, <b>じゃがいも</b> , 新発田麺	ソイック マヨネーズ	624 kcal 770 kcal
		節分献立									
3	火	節分豆ごはん	牛乳	鬼の金棒揚げ ごま酢あえ 豚汁 節分デザート	大豆, ぶた肉, とうふ, <u>あやめみそ</u>	わかめ, いわし, 煮干だし, 牛乳	にんじん, ほうれんそう	はくさい, もやし, <b>だいこん</b> , ごぼう, こんにゃく, しいたけ, <b>長ねぎ</b>	米, 三温糖, <b>じゃがいも</b> , 豆乳プリン	米油, ごま	695 kcal 804 kcal
4	水	ターメリックライス	牛乳	ハヤシライスソース ひじきサラダ みかんゼリー	ぶた肉, みそ	ひじき, 牛乳	にんじん, トマト	しょうが, にんにく, 玉ねぎ, しめじ, きゅうり, キャベツ, とうもろこし, えだまめ	米, <b>じゃがいも</b> , ハヤシルウ, 三温糖, みかんゼリー	米油, ハヤシルウ, ごま油	765 kcal 928 kcal
5	木	中華めん	牛乳	揚げ米粉ぎょうざ きなこ和え 野菜豆乳みそラーメンスープ	ぶた肉, きな粉, 大豆, <u>あやめみそ</u> , みそ, 調整豆乳	牛乳	こまつな, <b>にんじん</b> , チンゲン菜	キャベツ, とうもろこし, しょうが, にんにく, 玉ねぎ, メンマ, もやし, <b>長ねぎ</b>	ゆで中華めん, 三温糖, かたくり粉	米油	687 kcal 854 kcal
6	金	ごはん	牛乳	厚焼きたまご いそマヨサラダ すき焼き風煮	たまご, 青大豆, かつお節, 牛肉, 焼き豆腐	のり, 牛乳	にんじん, ブロッコリー	キャベツ, とうもろこし, <b>はくさい</b> , こんにゃく, しいたけ, えのき, <b>長ねぎ</b>	米, 砂糖	ソイック マヨネーズ	625 kcal 760 kcal
9	月	ごはん	牛乳	セルフ特製焼肉丼の真 れんこんのごまマヨサラダ 厚揚げのみぞ汁	ぶた肉, <u>あやめみそ</u> , みそ, 厚揚げ	煮干だし, 牛乳	にんじん, ピーマン	にんにく, しょうが, 玉ねぎ, りんご, れんこん, きゅうり, キャベツ, とうもろこし, <b>だいこん</b> , しめじ, <b>長ねぎ</b>	米, 三温糖, かたくり粉, <b>じゃがいも</b>	米油, ソイック マヨネーズ, ごま	676 kcal 824 kcal
10	火	ごはん	牛乳	たらのチリソースかけ 大豆もやしの中華サラダ ワンタンスープ	たら, ツナ, なると, ぶた肉	牛乳	にんじん, ほうれんそう	しょうが, にんにく, <b>長ねぎ</b> , だいすもやし, もやし, きゅうり, しいたけ, メンマ, <b>だいこん</b>	米, 三温糖, かたくり粉, ワンタン皮	米油, ごま油	604 kcal 729 kcal
12	木	バレンタイン献立 チョコチップパン ストロベリー	ジョア	ハートハンバーグのケチャップソース カラフルサラダ コンソメスープ	とり肉, ぶた肉, ツナ, 白いんげん豆, ウィンナー	ジョア	ブロッコリー, <b>にんじん</b> , パセリ	キャベツ, とうもろこし, 玉ねぎ, しめじ, <b>だいこん</b>	パン, チョコレート, 三温糖, <b>じゃがいも</b>	米油	596 kcal 785 kcal
13	金	ごはん	牛乳	鶏の竜田揚げ 海藻サラダ 沢煮椀 アイスクリーム	とり肉, ぶた肉	海藻ミックス, 牛乳, バニラアイス	にんじん, さやえんどう	キャベツ, きゅうり, とうもろこし, <b>ごぼう</b> , たけのこ	米, 三温糖, <b>じゃがいも</b> , 春雨	米油, ごま油, ごま	818 kcal 947 kcal
16	月	ごはん	牛乳	ホイコーロー 中華ポテトサラダ わかめと寒天の中華スープ	ぶた肉, みそ, とうふ, なると	わかめ, 牛乳	ピーマン, 赤パプリカ, <b>にんじん</b>	しょうが, にんにく, キャベツ, 玉ねぎ, とうもろこし, きゅうり, メンマ, <b>長ねぎ</b>	米, 三温糖, かたくり粉, <b>じゃがいも</b>	米油, ごま油, ごま	601 kcal 731 kcal
17	火	ごはん	牛乳	まめまめコロッケ おかか昆布和え キムチ豚汁	大豆, かつお節, ぶた肉, とうふ, <u>あやめみそ</u>	塩昆布, 煮干だし, 牛乳	ブロッコリー, <b>にんじん</b>	はくさい, ごぼう, こんにゃく, <b>だいこん</b> , <b>長ねぎ</b> , キムチ	米, <b>じゃがいも</b>	米油	614 kcal 747 kcal
18	水	食育の日献立 ごはん	牛乳	赤魚の照り焼き オータムポエムのごま和え 小煮物	赤魚, とり肉, かまぼこ	牛乳	オータムポエム, <b>にんじん</b> , さやえんどう	はくさい, とうもろこし, <b>ごぼう</b> , しいたけ, こんにゃく, れんこん	米, 三温糖, <b>さといも</b>	ごま	546 kcal 661 kcal
19	木	ソフトめん	牛乳	まめミートソース さつまいもとアーモンドのサラダ ほんかん	ぶた肉, 大豆, 青大豆, 赤いんげん豆, 白いんげん豆, みそ	牛乳	にんじん, トマト, パセリ	にんにく, しょうが, 玉ねぎ, セロリ, しいたけ, きゅうり, ぽんかん	ソフトめん, 三温糖, <b>さつまいも</b>	オリーブ油, ハヤシルウ, アーモンド, 米油	699 kcal 851 kcal
20	金	ごはん	牛乳	冬野菜カレー 春雨サラダ お米deプリンタルト	ぶた肉, 大豆, みそ	牛乳	にんじん, ブロッコリー	にんにく, しょうが, 玉ねぎ, <b>だいこん</b> , れんこん, きゅうり, キャベツ	米, <b>さつまいも</b> , 春雨, 三温糖, 豆乳プリンタルト	米油, カレールウ, ゴマ油, ごま	713 kcal 847 kcal
24	火	ごはん	牛乳	さばのみぞ煮 ひじきの炒め煮 なめこのかきたまみぞ汁	さば, 青大豆, さつま揚げ, かつお節, とうふ, <u>あやめみそ</u> , たまご	ひじき, 煮干だし, 牛乳	にんじん, さやいんげん, <b>こまつな</b>	ごぼう, しいたけ, こんにゃく, <b>だいこん</b> , なめこ	米, 三温糖, <b>じゃがいも</b>	米油	644 kcal 801 kcal
25	水	ごはん	牛乳	春巻き チョレギサラダ 豆腐の塩味あん	ぶた肉, かまぼこ, とうふ	わかめ, のり, 牛乳	にんじん, <b>こまつな</b>	きゅうり, キャベツ, しょうが, にんにく, たけのこ, きくらげ, 玉ねぎ, <b>長ねぎ</b>	米, 春雨, 小麦粉, 三温糖, かたくり粉	米油, ごま油, ごま	643 kcal 799 kcal
26	木	背割りコッペパン	牛乳	チリコンカン フルーツのゼリー和え 豆乳クラムチャウダー	ぶた肉, 大豆, あさり, 調整豆乳, 白いんげん豆	牛乳	トマト, <b>にんじん</b> , ブロッコリー	にんにく, しょうが, 玉ねぎ, しいたけ, りんご, もも, バイン, みかん, <b>はくさい</b> , <b>だいこん</b>	パン, <b>さつまいも</b> , 米粉	米油, ハヤシルウ, オリーブ油, シチュー	625 kcal 797 kcal
27	金	受験応援献立 ごはん	牛乳	米粉ぶり勝ツ たくあん和え 合格すまし汁 いい予感ゼリー	ぶり, とうふ, ぶた肉	牛乳	にんじん, ほうれんそう	たくあん, キャベツ, きゅうり, たけのこ, <b>だいこん</b> , <b>長ねぎ</b>	米, 三温糖, <b>じゃがいも</b> , いよかんゼリー	米油, ごま	683 kcal 824 kcal

\*下線は新発田市産、**太字**は紫雲寺産のものを示します。

\*物価の変動や気候等により、献立が変更になることがあります。