



2月 学校給食献立表

令和7年度
西条学校給食センター

日(曜)	2(月)		3(火)		4(水)		5(木)		6(金)		9(月)		10(火)		12(木)		13(金)	
献立	牛乳 ごはん 酒粕肉じゃが いりどりあえ		牛乳 ごはん いわしのかば焼き そえ野菜 ごまみそ汁 節分豆		牛乳 ごはん 豚肉と豆腐の煮物 磯香あえ		牛乳 コッペパン 鶏肉の香草焼き コールスローサラダ ABCスープ		牛乳 ごはん まごわやさしいうま煮 梅ちりあえ		牛乳 ごはん 広島おこのみ丼の具 米粉めん汁		牛乳 ごはん たらから 野菜のマヨネーズあえ 冬の恵みぎゅっと汁		牛乳 コッペパン 鶏肉と豆のトマト煮 フレンチーズサラダ		牛乳 ごはん わにのみそがらめ 赤じそあえ 雪消し	
	一人分量 (g)		一人分量 (g)		一人分量 (g)		一人分量 (g)		一人分量 (g)		一人分量 (g)		一人分量 (g)		一人分量 (g)		一人分量 (g)	
献立の材料	牛乳 206.00 ○ 精白米 80.00 □ 学校給食用強化米 0.24 豚肉 30.00 ○ 料理酒 1.00 じゃがいも 60.00 □ にんじん 15.00 △ たまねぎ 30.00 △ 絹揚げ 25.00 ○ さつま揚げ 12.00 ○ 糸こんにゃく 15.00 △ さやいんげん 8.00 △ こいくちしょうゆ 5.50 みりん風調味料 0.80 三温糖 1.50 □ 酒かす 2.20 水 25.00 だいこん 40.00 △ こまつな 8.00 △ にんじん 5.00 △ とうもろこし 5.00 △ こいくちしょうゆ 1.50 三温糖 1.00 □ 酢 1.50		牛乳 206.00 ○ 精白米 70.00 □ 学校給食用強化米 0.21 いわしでん粉付き 40.00 ○ 揚げ油 4.00 □ おろししょうが 0.20 △ 三温糖 1.80 □ 料理酒 1.20 みりん風調味料 2.00 こいくちしょうゆ 2.60 水 2.50 キャベツ 25.00 △ にんじん 3.00 △ こまつな 8.00 △ 塩 0.10 絹揚げ(ミニ) 15.00 ○ にんじん 10.00 △ たまねぎ 25.00 △ じゃがいも 20.00 □ ねぎ 3.00 △ だし煮干し 2.00 中みそ 8.50 白すりごま 1.00 □ 水 125.00 出来上がり 205.00 節分豆 5.00 ○		牛乳 206.00 ○ 精白米 80.00 □ 学校給食用強化米 0.24 豚肉 30.00 ○ 料理酒 0.80 おろししょうが 0.30 △ 木綿豆腐 85.00 ○ たまねぎ 35.00 △ にんじん 15.00 △ 糸こんにゃく 25.00 △ しろねぎ 8.00 △ 三温糖 1.80 □ こいくちしょうゆ 5.50 みりん風調味料 0.50 水 20.00 ちくわスライス 6.00 ○ にんじん 5.00 △ ほうれんそう 10.00 △ はくさい 40.00 △ 素干しのり 0.40 ○ 三温糖 0.60 □ こいくちしょうゆ 1.50 酢 0.80		牛乳 206.00 ○ コッペパン 55.00 □ 鶏肉 50.00 ○ 香草焼きシーズニング 0.45 キャベツ 25.00 △ にんじん 5.00 ○ 三温糖 0.40 □ 酢 1.50 れんこん 0.13 なたね油 0.40 □ こしょう 0.01 ベーコン 6.00 ○ 料理酒 0.50 にんじん 10.00 △ たまねぎ 30.00 △ じゃがいも 20.00 □ マッシュルーム 6.00 △ 7mmカットマカロニ 4.00 □ パセリ(乾) 0.03 △ 丸鶏使用がらスープ 0.60 塩 0.30 こしょう 0.02 水 120.00 出来上がり 205.00		牛乳 206.00 ○ 精白米 70.00 □ 学校給食用強化米 0.21 鶏肉 25.00 ○ 料理酒 0.80 大豆(乾) 12.00 ○ さといも 40.00 □ にんじん 15.00 △ ごぼう 10.00 △ れんこん 15.00 △ 板こんにゃく 15.00 △ 干し椎茸 0.50 △ さつま揚げ 10.00 ○ さやいんげん 5.00 △ 角切り昆布 1.00 ○ 白ごま 0.80 □ 三温糖 1.50 □ こいくちしょうゆ 5.50 みりん風調味料 1.00 水 25.00 ちりめん 1.20 ○ もやし 37.00 △ こまつな 12.00 △ ねぎ 3.00 △ だし昆布 1.00 混合削り節 1.00 こいくちしょうゆ 1.50 うすくちしょうゆ 1.80 塩 0.25 水 125.00 出来上がり 205.00		牛乳 206.00 ○ 精白米 80.00 □ 学校給食用強化米 0.24 豚肉 35.00 ○ 料理酒 1.00 キャベツ 30.00 △ にんじん 9.00 △ もやし 30.00 △ 炒り卵 20.00 ○ あおのり 0.11 ○ お好み焼きソース 10.00 ウスターソース 1.00 塩 0.05 こしょう 0.01 鶏肉 8.00 ○ 油揚げ 3.50 ○ 米粉めん 12.00 □ にんじん 8.00 △ たまねぎ 20.00 △ だいこん 15.00 △ しめじ 5.00 △ カットわかめ 0.40 ○ ねぎ 3.00 △ だし昆布 1.00 混合削り節 1.00 こいくちしょうゆ 1.50 うすくちしょうゆ 1.80 塩 0.25 水 125.00 出来上がり 205.00		牛乳 206.00 ○ 精白米 80.00 □ 学校給食用強化米 0.24 たら角切りでんぶん付き 51.00 ○ 揚げ油 5.10 □ 塩 0.15 チキンハム 4.00 ○ キャベツ 25.00 △ にんじん 3.00 △ とうもろこし 3.00 △ 丸鶏使用がらスープ 2.90 ウスターソース 0.10 □ 三温糖 1.50 酢 0.05 こしょう 0.01 木綿豆腐 20.00 ○ にんじん 8.00 △ ごぼう 7.00 △ はくさい 18.00 △ きゅうり 15.00 □ ダイスチーズ 8.00 △ 三温糖 4.00 △ 酢 2.00 中みそ 8.50 ○ 水 120.00 出来上がり 205.00 塩 0.05 こしょう 0.01		牛乳 206.00 ○ コッペパン 55.00 □ 鶏肉 25.00 ○ おろしにんにく 0.20 △ 料理酒 0.80 ミックスビーンズ 20.00 ○ にんじん 10.00 △ たまねぎ 40.00 △ じゃがいも 45.00 □ トマト缶 15.00 △ マッシュルーム 5.00 △ トマトケチャップ 0.50 ウスターソース 8.00 三温糖 1.50 塩 0.45 □ こしょう 0.12 水 50.00 キャベツ 40.00 △ にんじん 5.00 △ きゅうり 12.00 △ ダイスチーズ 3.00 ○ 三温糖 0.80 □ 酢 2.40 だし昆布 1.00 □ しろねぎ 0.20 にんじん 8.00 △ しろねぎ 6.00 △ だし昆布 0.60 混合削り節 0.60 うすくちしょうゆ 3.00 料理酒 1.00 みりん風調味料 1.00 塩 0.30 水 85.00 出来上がり 205.00			
	節分献立						生活習慣病予防献立		ひろしま給食		西条小6年 リクエスト給食				郷土料理 ～広島県庄原市～			
エネ 食塩	596 kcal 1.4 g		604 kcal 1.9 g		569 kcal 1.3 g		565 kcal 2.2 g		571 kcal 1.9 g		590 kcal 1.7 g		600 kcal 1.7 g		554 kcal 2.1 g		652 kcal 1.6 g	
日(曜)	16(月)		17(火)		18(水)		19(木)		20(金)		24(火)		25(水)		26(木)		27(金)	
献立	牛乳 ごはん 八宝菜 シャキッとポテトの中華あえ		牛乳 ごはん 高野豆腐の卵とじ 小松菜とひじきのあえもの		牛乳 古代米ごはん わかさぎの甘酢漬け 菜の花あえ ゆめまる汁		牛乳 コッペパン クリームシチュー 大根サラダ		牛乳 ごはん さといものそぼろ煮 切干大根の甘酢あえ		牛乳 ごはん ポークハヤシシチュー 冬野菜のレモンサラダ		牛乳 ごはん キムチチゲ ナムル		牛乳 コッペパン 野菜とペンネのスープ煮 根菜サラダ		牛乳 ごはん 照り焼きハンバーグ コーンキャベツ 相性汁	
	一人分量 (g)		一人分量 (g)		一人分量 (g)		一人分量 (g)		一人分量 (g)		一人分量 (g)		一人分量 (g)		一人分量 (g)		一人分量 (g)	
献立の材料	牛乳 206.00 ○ 精白米 80.00 □ 学校給食用強化米 0.24 豚肉 25.00 ○ 料理酒 1.00 おろししょうが 0.12 △ おろしにんにく 0.12 △ いか 15.00 ○ かまぼこ赤 8.00 ○ たけのこ 20.00 △ たまねぎ 40.00 △ はくさい 50.00 △ にんじん 15.00 △ チンゲンサイ 10.00 △ 三温糖 0.50 □ こいくちしょうゆ 3.00 丸鶏使用がらスープ 0.45 オイスターソース 0.60 ごま油 0.60 □ じゃがいもでん粉 0.70 □ 塩 0.20 こしょう 0.02 水 10.00 チキンハム 4.00 ○ じゃがいも 40.00 □ きゅうり 10.00 △ にんじん 6.00 △ 三温糖 0.50 □ うすくちしょうゆ 1.20 酢 2.20 ごま油 0.80 □ 白ごま 1.00 □		牛乳 206.00 ○ 精白米 80.00 □ 学校給食用強化米 0.24 鶏肉 25.00 ○ 料理酒 1.00 にんじん 10.00 △ たまねぎ 30.00 △ じゃがいも 60.00 □ 高野豆腐 7.00 ○ しめじ 5.00 △ たまご 20.00 ○ さやいんげん 5.00 △ 三温糖 1.50 □ こいくちしょうゆ 5.00 みりん風調味料 1.50 水 60.00 ちくわスライス 5.00 ○ 干ひじき 1.50 ○ こまつな 10.00 △ もやし 32.00 △ にんじん 8.00 △ 三温糖 1.00 □ こいくちしょうゆ 1.50 酢 2.50		牛乳 206.00 ○ 精白米 80.00 □ 黒米 2.40 □ 学校給食用強化米 0.24 わかさぎでん粉付き 45.00 ○ 揚げ油 4.50 □ たまねぎ 1.50 □ 酢 2.50 うすくちしょうゆ 2.00 有塩バター 2.50 なのはな 8.00 △ キャベツ 25.00 △ とうもろこし 5.00 △ 三温糖 0.50 □ こいくちしょうゆ 1.00 木綿豆腐 25.00 ○ 油揚げ 3.00 ○ だいこん 15.00 △ れんこん 10.00 △ にんじん 10.00 △ カットわかめ 0.50 ○ しろねぎ 5.00 △ だし煮干し 2.00 中みそ 8.50 ○ 水 125.00 出来上がり 205.00		牛乳 206.00 ○ コッペパン 55.00 □ 鶏肉 30.00 ○ 料理酒 0.80 にんじん 20.00 △ たまねぎ 40.00 △ さといも 35.00 □ マッシュルーム 8.00 △ グリーンピース 4.00 △ 有塩バター 2.00 □ 米粉 3.50 □ 丸鶏使用がらスープ 0.65 調理用牛乳 20.00 ○ 塩 0.30 こしょう 0.02 水 65.00 出来上がり 205.00 ツナ油漬け 10.00 ○ だいこん 40.00 △ きゅうり 5.00 △ にんじん 5.00 △ 三温糖 0.50 □ 酢 2.00 塩 0.15 こしょう 0.01		牛乳 206.00 ○ 精白米 80.00 □ 学校給食用強化米 0.24 鶏肉 30.00 ○ 料理酒 1.00 おろししょうが 0.25 △ さといも 45.00 □ たまねぎ 30.00 △ にんじん 15.00 △ さつま揚げ 15.00 ○ 絹揚げ 20.00 ○ 板こんにゃく 20.00 △ グリーンピース 5.00 △ 三温糖 1.60 □ こいくちしょうゆ 5.00 みりん風調味料 1.80 水 25.00 ちりめん 1.50 ○ 切干しだいこん 5.50 △ こまつな 15.00 △ にんじん 8.00 △ 三温糖 1.20 □ 酢 2.00 レモン果汁 2.20 白ごま 0.70 □ なたね油 0.20 塩 0.01		牛乳 206.00 ○ 精白米 80.00 □ 学校給食用強化米 0.24 豚肉 30.00 ○ 料理酒 1.00 おろしにんにく 0.30 △ 塩 0.10 こしょう 0.01 たまねぎ 40.00 △ にんじん 20.00 △ マッシュルーム 6.00 △ グリーンピース 5.00 △ ハヤシルウ 13.00 トマトケチャップ 2.00 ウスターソース 1.50 三温糖 0.50 □ 水 80.00 出来上がり 210.00 キャベツ 35.00 △ はくさい 15.00 △ にんじん 10.00 △ 三温糖 0.80 □ 酢 1.50 レモン果汁 1.00 △ なたね油 0.70 □ 塩 0.20 こしょう 0.01		牛乳 206.00 ○ 精白米 80.00 □ 学校給食用強化米 0.24 豚肉 35.00 ○ 料理酒 0.80 ペンネ 15.00 □ にんじん 15.00 △ たまねぎ 40.00 △ じゃがいも 35.00 □ しめじ 8.00 △ パセリ(乾) 0.03 △ 丸鶏使用がらスープ 0.55 塩 0.35 こしょう 0.02 水 50.00 出来上がり 205.00 ツナ水煮 8.00 ○ ごぼう 15.00 △ れんこん 10.00 △ だいこん 10.00 △ にんじん 8.00 △ きゅうり 8.00 △ 調理用牛乳 5.50 □ うすくちしょうゆ 0.60 白ごま 1.00 □ ごま油 1.00 □		牛乳 206.00 ○ 精白米 80.00 □ 学校給食用強化米 0.24 ハンバーグ 50.00 ○ 三温糖 0.80 □ こいくちしょうゆ 2.20 みりん風調味料 1.00 料理酒 1.50 じゃがいもでん粉 0.12 □ 水 4.00 キャベツ 30.00 △ とうもろこし 5.00 △ 塩 0.10 ベーコン 8.00 ○ にんじん 10.00 △ たまねぎ 15.00 △ じゃがいも 30.00 □ はくさい 10.00 △ 糸こんにゃく 10.00 △ ねぎ 3.00 △ 調理用牛乳 15.00 ○ だし煮干し 2.00 こしょう 0.01 中みそ 8.00 ○ 水 110.00 出来上がり 205.00			
	560 kcal 1.7 g		589 kcal 1.5 g		582 kcal 2.0 g		564 kcal 2.0 g		598 kcal 1.6 g		573 kcal 2.2 g		566 kcal 1.7 g		576 kcal 1.8 g		610 kcal 2.2 g	

○：赤のなかまの食べ物（主に体をつくる）

△：緑のなかまの食べ物（主に体の調子を整える）

□：黄のなかまの食べ物（主にエネルギーのもとになる）

※ 一人分量と栄養価は4年生の量です。