2月 学校給食献立表（小学校）

令和７年度
安芸津学校給食センター

2(月)

献立名
牛乳
ごはん
いわしのかば焼き
添え野菜
ごまみそ汁
節分豆

食材名（一人分量（g））
牛乳 206.00 ●
精白米 80.00 ■
学校給食用強化米 0.24
いわしでん粉付き40g 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
こいくちしょうゆ 2.60
みりん風調味料 2.00
水 2.50
キャベツ 25.00 ▲
にんじん 3.00 ▲
こまつな 8.00 ▲
塩 0.10
生揚げ 15.00 ●
たまねぎ 25.00 ▲
にんじん 10.00 ▲
さといも 20.00 ■
ねぎ 2.00 ▲
だし煮干し 2.00
中みそ 8.50 ●
白すりごま 1.25 ■
水 130.00
節分豆 5.00 ●

節分献立

エネルギー 637 kcal　蛋白 25.7 g
カルシウム 369 mg　食塩 1.9 g

3(火)

献立名
牛乳
コッペパン
クリームシチュー
大根サラダ

食材名（一人分量（g））
牛乳 206.00 ●
コッペパン 55.00 ■
鶏肉 25.00 ●
料理酒 0.80
にんじん 20.00 ▲
たまねぎ 40.00 ▲
じゃがいも 35.00 ■
マッシュルーム 6.10 ▲
グリンピース 3.75 ▲
有塩バター 1.10 ■
米粉 3.50 ■
丸鶏使用がらスープ 0.65
牛乳 20.00 ●
塩 0.30
こしょう 0.02
水 60.00
ツナ油漬け 7.40 ●
だいこん 41.00 ▲
にんじん 4.00 ▲
こまつな 8.00 ▲
三温糖 0.60 ■
酢 2.20
塩 0.15
こしょう 0.01

エネルギー 521 kcal　蛋白 23.5 g
カルシウム 322 mg　食塩 2.0 g

4(水)

献立名
牛乳
ごはん
肉豆腐
ちくわと野菜のおかかあえ

食材名（一人分量（g））
牛乳 206.00 ●
精白米 80.00 ■
学校給食用強化米 0.24
牛肉 20.00 ●
料理酒 0.80
おろししょうが 0.30 ▲
木綿豆腐 80.00 ●
たまねぎ 30.00 ▲
にんじん 10.00 ▲
糸こんにゃく 15.00 ▲
しめじ 6.00 ▲
はくさい 35.00 ▲
しろねぎ 6.00 ▲
三温糖 1.90 ■
こいくちしょうゆ 6.50
みりん風調味料 0.50
水 20.00
ちくわスライス 8.00 ●
こまつな 10.00 ▲
にんじん 5.00 ▲
キャベツ 25.00 ▲
もやし 10.00 ▲
和え物用花かつお 0.62 ●
三温糖 0.80 ■
こいくちしょうゆ 1.60

エネルギー 588 kcal　蛋白 24.3 g
カルシウム 376 mg　食塩 1.5 g

5(木)

献立名
牛乳
ごはん
ハンバーグのケチャップソースかけ
コーンキャベツ
相性汁

食材名（一人分量（g））
牛乳 206.00 ●
精白米 80.00 ■
学校給食用強化米 0.24
ハンバーグ50g 50.00 ●
トマトケチャップ 7.50
三温糖 0.50 ■
ウスターソース 1.00
水 1.20
キャベツ 30.00 ▲
とうもろこし 5.00 ▲
塩 0.10
ベーコン 8.00 ●
たまねぎ 15.00 ▲
にんじん 10.00 ▲
糸こんにゃく 10.00 ▲
じゃがいも 20.00 ■
はくさい 15.00 ▲
ねぎ 2.00 ▲
だし煮干し 2.00
牛乳 15.00 ●
中みそ 8.00 ●
こしょう 0.01
水 105.00

エネルギー 607 kcal　蛋白 22.3 g
カルシウム 309 mg　食塩 2.2 g

6(金)

献立名
牛乳
広島おこのみ丼
（ごはん）
（具）
米粉めん汁
小魚アーモンド

食材名（一人分量（g））
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
にんじん 9.00 ▲
キャベツ 40.00 ▲
もやし 20.00 ▲
ねぎ 2.00 ▲
炒り卵 20.00 ●
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 6.00 ●
油揚げ 2.50 ●
たまねぎ 15.00 ▲
にんじん 8.00 ▲
だいこん 15.00 ▲
しめじ 5.00 ▲
米粉めん 12.00 ■
カットわかめ 0.40 ●
だし昆布 1.00
混合削り節 1.20
料理酒 1.00
うすくちしょうゆ 3.00
塩 0.25
水 125.00
小魚アーモンド 8.00 ●■

ひろしま給食メニュー

エネルギー 620 kcal　蛋白 27.1 g
カルシウム 345 mg　食塩 1.8 g

9(月)

献立名
牛乳
ごはん
わにのごまみそがらめ
赤しそあえ
雪消し

食材名（一人分量（g））
牛乳 206.00 ●
精白米 80.00 ■
学校給食用強化米 0.24
ワニでん粉付き 50.00 ●
揚げ油 5.00 ■
おろししょうが 0.20 ▲
赤みそ 1.80 ●
三温糖 1.00 ■
料理酒 2.00
こいくちしょうゆ 0.50
みりん風調味料 2.00
白ごま 1.25 ■
水 3.00
もやし 25.00 ▲
こまつな 10.00 ▲
赤じそ（乾） 0.18 ▲
塩 0.04
鶏肉 8.00 ●
木綿豆腐 20.00 ●
白玉だんご 20.00 ■
にんじん 8.00 ▲
ごぼう 7.00 ▲
しめじ 6.00 ▲
はくさい 20.00 ▲
だいこん 25.00 ▲
しろねぎ 6.00 ▲
だし昆布 0.70
混合削り節 0.60
料理酒 1.00
うすくちしょうゆ 3.00
みりん風調味料 1.00
塩 0.30
水 85.00

広島県の郷土料理

エネルギー 649 kcal　蛋白 25.5 g
カルシウム 316 mg　食塩 1.6 g

10(火)

献立名
牛乳
コッペパン
鶏肉のカチャトーラ風煮込み
イタリアンサラダ
りんご

食材名（一人分量（g））
牛乳 206.00 ●
コッペパン 55.00 ■
鶏肉 30.00 ●
おろしにんにく 0.40 ▲
白ワイン 1.00
ミックスビーンズ 15.00 ●
たまねぎ 40.00 ▲
にんじん 10.00 ▲
マッシュルーム 5.00 ▲
じゃがいも 40.00 ■
丸鶏使用がらスープ 0.60
トマト缶 30.00 ▲
トマトケチャップ 5.00
三温糖 1.00 ■
塩 0.15
こしょう 0.02
水 40.00
ダイスチーズ 3.00 ●
だいこん 40.00 ▲
にんじん 5.00 ▲
こまつな 12.00 ▲
三温糖 0.80 ■
なたね油 1.50 ■
レモン果汁 1.25 ▲
酢 1.00
塩 0.20
こしょう 0.01
りんご 36.00 ▲

オリンピック開催国の料理
（イタリア）

エネルギー 560 kcal　蛋白 24.7 g
カルシウム 344 mg　食塩 2.1 g

12(木)

献立名
牛乳
ごはん
レバーのからあげ
春雨サラダ
クラムチャウダー

食材名（一人分量（g））
牛乳 206.00 ●
精白米 80.00 ■
学校給食用強化米 0.24
鶏肉 35.00 ●
じゃがいもでん粉 3.50 ■
レバーでん粉付き 15.00 ●
揚げ油 5.00 ■
おろししょうが 0.15 ▲
三温糖 1.50 ■
料理酒 1.50
こいくちしょうゆ 2.50
みりん風調味料 1.00
水 4.20
チキンハム 4.30 ●
緑豆はるさめ 5.00 ■
キャベツ 14.00 ▲
きゅうり 7.00 ▲
三温糖 0.60 ■
酢 1.70
こいくちしょうゆ 1.00
ごま油 0.50 ■
白ごま 0.56 ■
あさり 15.00 ●
おろしにんにく 0.15 ▲
白ワイン 0.80
うずら卵 20.00 ●
たまねぎ 25.00 ▲
にんじん 10.00 ▲
じゃがいも 25.00 ■
パセリ（乾） 0.03 ▲
丸鶏使用がらスープ 0.60
有塩バター 1.20 ■
米粉 3.20 ■
牛乳 20.00 ●
塩 0.30
こしょう 0.01
水 90.00

エネルギー 720 kcal　蛋白 26.8 g
カルシウム 301 mg　食塩 1.8 g

13(金)

献立名
牛乳
ごはん
酒粕肉じゃが
切干大根の甘酢あえ

食材名（一人分量（g））
牛乳 206.00 ●
精白米 80.00 ■
学校給食用強化米 0.24 ■
牛肉 10.00 ●
豚肉 20.00 ●
料理酒 1.00
たまねぎ 30.00 ▲
にんじん 15.00 ▲
じゃがいも 64.00 ■
糸こんにゃく 20.00 ▲
さつま揚げ 10.00 ●
絹揚げ 22.00 ●
さやいんげん 4.00 ▲
三温糖 1.80 ■
こいくちしょうゆ 5.50
みりん風調味料 0.80
酒かす 2.40
水 25.00
ちくわスライス 5.00 ●
切干しだいこん 5.50 ▲
きゅうり 12.00 ▲
にんじん 5.00 ▲
カットわかめ 0.40 ●
三温糖 1.00 ■
こいくちしょうゆ 1.80
酢 2.50

2月12日（木）
安芸津中学校リクエスト献立

エネルギー 620 kcal　蛋白 24.1 g
カルシウム 328 mg　食塩 1.7 g

16(月)

献立名
牛乳
ごはん
八宝菜
シャキッとポテトの中華あえ

食材名（一人分量（g））
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 20.00 ●
かまぼこ赤 8.00 ●
たまねぎ 40.00 ▲
にんじん 15.00 ▲
たけのこ 20.00 ▲
はくさい 50.00 ▲
チンゲンサイ 10.00 ▲
丸鶏使用がらスープ 0.45
三温糖 0.50 ■
こいくちしょうゆ 3.00
オイスターソース 0.60
ごま油 0.60 ■
塩 0.20
こしょう 0.02
じゃがいもでん粉 0.90 ■
水 10.00
チキンハム 4.00 ●
じゃがいも 45.00 ■
にんじん 6.00 ▲
きゅうり 10.00 ▲
三温糖 0.65 ■
酢 2.20
うすくちしょうゆ 1.70
ごま油 0.80 ■
白ごま 1.20 ■

エネルギー 571 kcal　蛋白 25.0 g
カルシウム 305 mg　食塩 1.8 g

17(火)

献立名
牛乳
バターパン
野菜とペンネのスープ煮
根菜サラダ

食材名（一人分量（g））
牛乳 206.00 ●
バターパン 55.00 ■
鶏肉 30.00 ●
料理酒 0.80
ペンネ 15.00 ■
たまねぎ 40.00 ▲
にんじん 15.00 ▲
しめじ 8.00 ▲
じゃがいも 35.00 ■
パセリ（乾） 0.03 ▲
丸鶏使用がらスープ 0.60
うすくちしょうゆ 2.50
塩 0.10
こしょう 0.02
水 50.00
ツナ水煮フレーク 8.60 ●
ごぼう 10.00 ▲
れんこん 10.00 ▲
だいこん 15.00 ▲
にんじん 5.00 ▲
きゅうり 10.00 ▲
ノンエッグマヨネーズ 5.00 ■
うすくちしょうゆ 0.60
酢 0.30

エネルギー 615 kcal　蛋白 26.0 g
カルシウム 291 mg　食塩 2.3 g

18(水)

献立名
牛乳
ごはん
まごわやさしいうま煮
梅ちりあえ

食材名（一人分量（g））
牛乳 206.00 ●
精白米 80.00 ■
学校給食用強化米 0.24
料理酒 1.00
大豆（乾） 12.00 ●
にんじん 10.00 ▲
ごぼう 10.00 ▲
れんこん 13.00 ▲
板こんにゃく 20.00 ▲
干し椎茸 0.50 ▲
だいこん 20.00 ▲
さつま揚げ 10.00 ●
さといも 30.00 ■
角切り昆布 1.25 ●
さやいんげん 4.00 ▲
白ごま 1.25 ■
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 ●
キャベツ 20.00 ▲
にんじん 5.00 ▲
もやし 20.00 ▲
こまつな 13.00 ▲
カリカリ梅 0.50 ▲
三温糖 0.60 ■
うすくちしょうゆ 1.20

生活習慣病予防献立

エネルギー 591 kcal　蛋白 25.7 g
カルシウム 362 mg　食塩 1.9 g

19(木)

献立名
牛乳
古代米ごはん
わかさぎの甘酢漬け
菜の花あえ
2月のゆめまる汁

食材名（一人分量（g））
牛乳 206.00 ●
精白米 80.00 ■
古代米ミックス 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 ■
三温糖 1.50 ■
うすくちしょうゆ 2.00
酢 2.50
水 2.50
なのはな 8.00 ▲
キャベツ 17.00 ▲
こまつな 10.00 ▲
とうもろこし 5.00 ▲
三温糖 0.40 ■
こいくちしょうゆ 1.10
木綿豆腐 25.00 ●
油揚げ 2.50 ●
だいこん 22.00 ▲
にんじん 10.00 ▲
れんこん 10.00 ▲
カットわかめ 0.50 ●
しろねぎ 4.00 ▲
だし煮干し 2.00
中みそ 8.50 ●
水 120.00

食育の日献立

エネルギー 579 kcal　蛋白 22.8 g
カルシウム 506 mg　食塩 2.1 g

20(金)

献立名
牛乳
ごはん
高野豆腐の卵とじ
磯香あえ

食材名（一人分量（g））
牛乳 206.00 ●
精白米 80.00 ■
学校給食用強化米 0.24
鶏肉 20.00 ●
料理酒 0.80
たまねぎ 35.00 ▲
にんじん 10.00 ▲
しめじ 5.00 ▲
じゃがいも 60.00 ■
高野豆腐 7.00 ●
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 5.50
みりん風調味料 1.50
水 50.00
ちくわスライス 8.00 ●
にんじん 5.00 ▲
ほうれんそう 10.00 ▲
はくさい 45.00 ▲
素干しのり 0.50 ●
三温糖 0.60 ■
こいくちしょうゆ 1.50
酢 0.80

エネルギー 584 kcal　蛋白 26.0 g
カルシウム 328 mg　食塩 1.6 g

24(火)

献立名
牛乳
コッペパン
鶏肉の香草焼き
フレンチサラダ
ABCスープ

食材名（一人分量（g））
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 0.62
キャベツ 23.00 ▲
にんじん 4.00 ▲
きゅうり 8.00 ▲
三温糖 0.40 ■
酢 1.40
なたね油 0.60 ■
塩 0.10
こしょう 0.01
豚肉 6.00 ●
料理酒 0.50
たまねぎ 22.00 ▲
にんじん 10.00 ▲
マッシュルーム 6.00 ▲
じゃがいも 25.00 ■
アルファベットマカロニ 5.00 ■
パセリ（乾） 0.03 ▲
丸鶏使用がらスープ 0.60
うすくちしょうゆ 2.50
塩 0.10
こしょう 0.02
水 125.00

エネルギー 556 kcal　蛋白 26.7 g
カルシウム 285 mg　食塩 2.3 g

25(水)

献立名
牛乳
ごはん
キムチチゲ
大豆と野菜のナムル

食材名（一人分量（g））
牛乳 206.00 ●
精白米 80.00 ■
学校給食用強化米 0.24
豚肉 25.00 ●
おろしにんにく 0.20 ▲
料理酒 1.00
木綿豆腐 45.00 ●
にんじん 10.00 ▲
しいたけ 6.00 ▲
はるさめ 6.20 ■
はくさい 50.00 ▲
はくさいキムチ 15.00 ▲
しろねぎ 8.00 ▲
丸鶏使用がらスープ 0.50
こいくちしょうゆ 3.50
塩 0.20
ごま油 0.80 ■
水 50.00
大豆（ゆで） 8.00 ●
こまつな 10.00 ▲
もやし 15.00 ▲
にんじん 5.00 ▲
だいこん 17.00 ▲
とうもろこし 5.00 ▲
三温糖 0.60 ■
こいくちしょうゆ 1.70
ごま油 0.60 ■

エネルギー 564 kcal　蛋白 23.5 g
カルシウム 344 mg　食塩 1.7 g

26(木)

献立名
牛乳
ごはん
煮込みおでん
ひじきのマヨネーズあえ

食材名（一人分量（g））
牛乳 206.00 ●
精白米 80.00 ■
学校給食用強化米 0.24
鶏肉 10.00 ●
料理酒 1.00
だいこん 50.00 ▲
板こんにゃく 25.00 ▲
うずら卵 20.00 ●
さといも 30.00 ■
絹揚げ 20.00 ●
ちくわカット1cm 20.00 ●
角切り昆布 1.20 ●
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 40.00
ツナ水煮フレーク 7.00 ●
干ひじき 1.50 ●
こまつな 10.00 ▲
キャベツ 20.00 ▲
にんじん 4.00 ▲
ノンエッグマヨネーズ 5.50 ■
白すりごま 1.30 ■
三温糖 0.30 ■
こいくちしょうゆ 0.60
酢 0.30

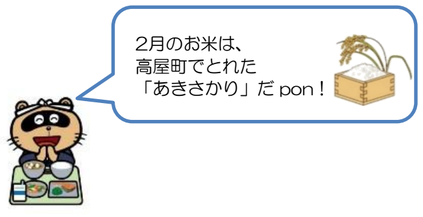
エネルギー 615 kcal　蛋白 22.3 g
カルシウム 468 mg　食塩 1.7 g

27(金)

献立名
牛乳
ポークカレーライス
（ごはん）
（ルウ）
ブロッコリーのサラダ

食材名（一人分量（g））
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 ▲
たまねぎ 36.00 ▲
にんじん 10.00 ▲
じゃがいも 50.00 ■
グリンピース 3.70 ▲
カレールウ 12.50
トマトケチャップ 2.50
ウスターソース 1.50
水 90.00
チキンハム 7.00 ●
ブロッコリー 12.00 ▲
キャベツ 20.00 ▲
だいこん 15.00 ▲
にんじん 6.00 ▲
三温糖 0.80 ■
酢 2.50
なたね油 1.00 ■
うすくちしょうゆ 1.00
塩 0.05
こしょう 0.01

エネルギー 605 kcal　蛋白 22.4 g
カルシウム 276 mg　食塩 2.0 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。