

令和7年度

中種子町立学校給食センター

*物資の都合により献立を変更する場合があります。
ご了承ください。

2月給食よていこんだてひょう

たんばく質を多く含む食品	1群	血や肉や体をつくるもの
カルシウムを多く含む食品	2群	
カロテンを多く含む食品	3群	体の調子を整えるもの
ビタミンCを多く含む食品	4群	
炭水化物を多く含む食品	5群	
脂質を多く含む食品	6群	熱や力のもとになる

月		火		水		木		金	
2		3		4		5		6	
① 麦ご飯 ② 酸辣湯 ③ イカと卵の中華風あんかけ		① 麦ご飯 ② 節分汁 ③ 鰯の梅煮 ④ 添えキャベツ		① 麦ご飯 ② 大根の味噌汁 ③ 天気の子からあげ		① ミルクパン ② カレーうどん ③ 大豆とひじきのサラダ		① 麦ご飯 ② 豚汁 ③ 三色そぼろ丼	
1群 ぎゅうにゅう ②とうふ とりにく 2群 ③イカ たまご		1群 ぎゅうにゅう ②ぶたにく だいず 2群 ③いわしのうめ		1群 ぎゅうにゅう ②わかめ ③とりにく		1群 ぎゅうにゅう ②とりにく さつまあげ 2群 ③だいず ひじき ツナ		1群 ぎゅうにゅう ②ぶたにく あつあげ 2群 ③とりにく たまご	
3群 ②たけのこ にんじん しいたけ ぶかねぎ えのき ③はくさい たまねぎ にんじん こまつな		3群 ②にんじん たまねぎ だいこん ごぼう ぶかねぎ ④キャベツ		3群 ②だいこん たまねぎ にんじん えのき はねぎ ③だいこん はねぎ		3群 ②たまねぎ にんじん こまつな ぶかねぎ しめじ ③キャベツ にんじん		3群 ②にんじん ごぼう だいこん こんにゃく たまねぎ しいたけ ぶかねぎ ③えだまめ	
5群 ①こめ むぎ ②ごまあぶら あぶら かたくりこ ③かたくりこ あぶら		5群 ①こめ むぎ ②さいとも		5群 ①こめ むぎ ②じゃがいも ③はくさいかたくりこ あぶら さとう		5群 ①ミルクパン ②うどん		5群 ①こめ むぎ ②あぶら じゃがいも さとう ③さとう	
調味料 ②とりがらスープ うすくちしょうゆ しお こしょう す ラー油 ③中華味 うすくちしょうゆ さけ みりん		調味料 ②にぼしだし むぎみそ		調味料 ②にぼしだし むぎみそ ③うすくちしょうゆ さけ こいくちしょうゆ にんにく しょうが		調味料 ②さば ③うすくちしょうゆ こいくちしょうゆ みりん しお カレー粉 カレールー ④うすくちしょうゆ エッグア		調味料 ②にぼしだし むぎみそ ③しょうが こいくちしょうゆ さけ みりん	
E 609*759 P 26.4*32.1		E 633*781 P 26.1*31.5		E 624*774 P 25.7*31.5		E 644*752 P 25.6*29.0		E 712*890 P 31.6*38.8	
家庭でとって もらいたいもの	さかな やさい いち	家庭でとって もらいたいもの	たまご かいそう やさい	家庭でとって もらいたいもの	さかな まめ やさい	家庭でとって もらいたいもの	やさい きのこ いち	家庭でとって もらいたいもの	さかな やさい くだもの
9		10		11 建国記念の日		12		13	
① 麦ご飯 ② ちゃんこ鍋 ③ 鮭のねぎだれ		① コッペパン ② 鶏肉と野菜のクリーム煮 ③ ラビオリのトマトソース		朝ご飯をしっかりと食べよう! 早寝早起き朝ご飯!!!		① ココア揚げパン ② 緑のミネストローネ ③ ミートボールのケチャップ炒め		① 麦ご飯 ② おでん ③ 白菜の胡麻和え	
1群 ぎゅうにゅう ②とりにく にくだんご ②とうふ あぶらあげ ③さけ		1群 ぎゅうにゅう ②だいず とりにく ぎゅうにゅう こなチーズ なまクリーム				1群 ぎゅうにゅう ②とりにく だいず ③ミートボール		1群 ぎゅうにゅう ②ちくわ とりにく がんもどき さつまあげ うすら こんぶ	
3群 ②しらたき はくさい だいこん にんじん もやし えのき にら ③ぶかねぎ たまねぎ		3群 ②にんじん たまねぎ マッシュルーム えだまめ ③とまと たまねぎ ブロッコリー				3群 ②にんじん キャベツ ほうれんそう えだまめ ③たまねぎ にんじん コーン グリーンピース		3群 ②にんじん こんにゃく だいこん ③はくさい えのき にんじん	
5群 ①こめ むぎ ③かたくりこ あぶら にまあぶら さとう		5群 ①コッペパン ②さつまいも ③ラビオリ あぶら オリーブオイル				5群 ①コッペパン あぶら ②マカロニ じゃがいも もやし オリーブオイル ③あぶら さとう		5群 ①こめ むぎ ②じゃがいも ③さとう	
調味料 ②かつおぶし むぎみそ うすくちしょうゆ ③しょうが にんにく す うすくちしょうゆ		調味料 ②しお こしょう コンソメ とりがらスープ 白ワイン ホワイトル ③にんにく しお こしょう うすくちしょうゆ				調味料 ③ミルクココア ②バセリ チキンフイヨン こしょう しお うすくちしょうゆ ③ケチャップ ウスターソース		調味料 ②かつおぶし こんぶ みりん うすくちしょうゆ しお うすくちしょうゆ こま	
E 683*851 P 35.3*43.6		E 672*809 P 28.2*43.6				E 654*832 P 28.0*34.8		E 621*769 P 23.6*28.5	
家庭でとって もらいたいもの	たまご やさい きのこ	家庭でとって もらいたいもの	にく やさい くだもの			家庭でとって もらいたいもの	かいそう きのこ やさい	家庭でとって もらいたいもの	やさい くだもの
16		17		18		19		20	
① サフランライス ② パンフキンドリア ③ ハンバーグ		① コッペパン ② トマトスープ ③ 砂ずりとポテトの揚げ煮 ④ やきいも		① 麦ご飯 ② 麻婆大根 ③ 甘酢和え		① 黒糖パン ② わかめうどん ③ 安納芋のポテトサラダ		① 麦ご飯 ② 根菜汁 ③ キビナゴの唐揚げ ④ 添えキャベツ	
1群 ②とりにく ぎゅうにゅう なまクリーム ③ハンバーグ		1群 ぎゅうにゅう ②ぶたにく ベーコン だいず ③すなごも		1群 ぎゅうにゅう ②ぶたにく ③わかめ		1群 ぎゅうにゅう ②とりにく かまぼこ わかめ あぶらあげ ③ハム		1群 ぎゅうにゅう ②とりにく とうふ ③きびなご	
3群 ②たまねぎ にんじん しめじ えだまめ かぼちゃ ③マッシュルーム ブロッコリー		3群 ②にんじん たまねぎ とまと ほうれんそう えのき		3群 ②だいこん たまねぎ にんじん ぶかねぎ しいたけ にら ③キャベツ もやし にんじん		3群 ②にんじん たまねぎ はねぎ しいたけ ③たまねぎ にんじん		3群 ②だいこん にんじん ごぼう ぶかねぎ ④キャベツ	
5群 ①こめ むぎ ②じゃがいも あぶら にめ ③さとう		5群 ①コッペパン ④さつまいも		5群 ①こめ むぎ ②ごまあぶら あぶら さとう ③かたくりこ ④はるさめ さとう		5群 ①こくとうパン ②うどん ③あんのういも		5群 ①こめ むぎ ②じゃがいも さといも ③かたくりこ	
調味料 ①サフランライスのもと ②ホワイトル コンソメ しお こしょう ③ケチャップ ウスターソース バセリ		調味料 ②コンソメ チキンフイヨン あかワイン ケチャップ ウスターソース うすくちしょうゆ ③しお カレー		調味料 ②にんにく むぎみそ あかみそ うすくちしょうゆ トウバンジャン ③うすくちしょうゆ す		調味料 ②かつおぶし うすくちしょうゆ みりん さけ ③エッグア しお こしょう		調味料 ②うすくちしょうゆ しお さけ かつおぶし ③にんにく しおこらじ	
E 690*839 P 25.7*30.9		E 693*847 P 29.6*34.1		E 583*720 P 20.0*23.6		E 678*782 P 26.4*29.7		E 585*708 P 27.0*30.5	
家庭でとって もらいたいもの	さかな やさい きのこ	家庭でとって もらいたいもの	さかな かいそう やさい	家庭でとって もらいたいもの	たまご まめ やさい	家庭でとって もらいたいもの	たまご やさい くだもの	家庭でとって もらいたいもの	やさい きのこ くだもの
23 天皇誕生日		24		25		26		27	
【特別給食のお知らせ】 今年度も卒業生を対象に 特別給食を行います。 日程は以下の通りです。 2/27 中学校、増田、納宮 3/11 野間 特別支援学校 3/13 油久、南界、岩岡 お楽しみに!!		① コッペパン ② ラビオリスープ ③ 鶏肉のレモンソース		① 麦ご飯 ② 肉豆腐 ③ 小松菜サラダ		① パクパクパン ② ピリ辛フォー ③ フルーツヨーグルト		① 麦ご飯 ② 味噌汁 ③ とんかつ ④ とんかつソース	
		1群 ぎゅうにゅう ③とりにく		1群 ぎゅうにゅう ②ぶたにく とうふ ③ツナ		1群 ぎゅうにゅう ②とりにく ③ヨーグルト		1群 ぎゅうにゅう ②わかめ とうふ ③とんかつ	
		3群 ②しいたけ にんじん ほうれんそう えのき しめじ ③レモン えだまめ		3群 ②たまねぎ しらたき にんじん ぶかねぎ ③だいこん こまつな キャベツ		3群 ②ぶかねぎ にんじん たまねぎ もやし ただのこ ちんげんさい きくらげ ③ミカン もも バイン りんご		3群 ②たまねぎ キャベツ えのき はねぎ にんじん	
		5群 ①コッペパン ②ラビオリ ③じゃがいも あぶら さとう		5群 ①こめ むぎ ②あぶら さとう ③かたくりこ		5群 ①こくとうパン ②クイックア あぶら		5群 ①こめ むぎ ②じゃがいも ③あぶら	
		調味料 ②とりがらスープ しお こしょう さけ うすくちしょうゆ ③みりん す うすくちしょうゆ こいくちしょうゆ		調味料 ②こいくちしょうゆ みりん さけ ③うすくちしょうゆ す		調味料 ②にんにく しょうが トウバンジャン うすくちしょうゆ こいくちしょうゆ さけ しお とりがらスープ		調味料 ②にぼし むぎみそ	
		E 564*675 P 24.3*28.7		E 600*742 P 24.6*29.9		E 572*676 P 25.1*28.1		E 643*796 P 25.1*29.8	
		家庭でとって もらいたいもの	さかな やさい かいそう	家庭でとって もらいたいもの	たまご やさい くだもの	家庭でとって もらいたいもの	やさい さかな きのこ	家庭でとって もらいたいもの	さかな やさい きのこ

中学校3年生を対象に
行いました。



リクエスト給食 アンケート 結果発表



2~3月の給食に出す予定です!!!
楽しみにしていてください!!!

【ご飯部門】

1. 鶏飯 11票
2. ゆかりごはん 4票
3. わかめごはん 3票



【パン部門】

1. ココア揚げパン 14票
2. きなこ揚げパン 8票
3. ツナサンド 4票



【温食部門】

1. うどん 4票
 2. ピリ辛フォー 3票
 3. 味噌汁 豚汁 2票
- ABCスープ わかめスープ

【小さいおかず部門】

1. フルーツポンチ 7票
2. 唐揚げ 6票
3. 春巻き 3票



【最後に食べたい部門】

1. 鶏飯 5票
 2. ココア揚げパン 4票
 3. フルーツポンチ 3票
- ほうれん草ムース