

2月学校給食献立表

貝塚市学校給食会

2025年(令和7年)

月	火	水	木	金
3 代休 	4 もやしとにらのいためもの ごはん ちくぜんに 	5 フルーツコンポート ごはん コーンピラフ キャベツスープ 	6 やさいソテー ごはん ポークビーンズ コッパパン 	7 さばのみそに ごはん けんちんじる
10 とりにくのさっぱりは ごはん たんたんスープ 	11 けんこくきねんひ 建国記念の日 	12 ドレッシング ごはん ぶたにくとだいずのたきこみごはん かきたまじる だいこんサラダ 	13 セルフツナドッグ ごはん コッパパン こめこポタージュ 	14 だいずのかりんとう ごはん ちゃんこなべ
17 ノンユークやオネズ ごはん ミートスパゲッティ ブロッコリーとコーンのサラダ 	18 ごはん ピビンバ わかめスープ 	19 オレンジポンチ ごはん カレーライス ふくじんづけ 	20 とりにくのからあげ ごはん コッパパン チンゲンサイのスープ 	21 やきぶたと ごはん キャベツのからしあえ かんとうに
24 ふりかえきゅうじつ 振替休日 	25 タッカルビ ごはん コッパパン にらたまスープ 	26 ぶたにくとくきわかめのいため ごはん ごまふうみみそしる 	27 ミニゼリー ごはん コッパパン ポトフ わかさぎのからあげ 	28 にまめ ごはん なめし あんかけうどん
 こんげつ 今月のかいづかもん かいづかさん のうさんぶつ (貝塚産の農産物) 12日(水) 三つ葉 26日(水) 三つ葉 26日(水) 米	がつ もくひょう 2月の目標 しょくじ たの ・食事を楽しもう。			

※献立は内容を一部変更する場合があります。 貝塚市内全校でかいづかもん(貝塚市内の農産物)を使っている日には、つけさんマークがついています。

日	献立	おもにエネルギーのもとになる食品 【黄色のたべもの】	おもに体をつくるもとになる食品 【赤色のたべもの】	おもに体の調子を整えるもとになる食品 【緑色のたべもの】	調味料・その他
3日	代休				
(月)					
4日	筑前煮	精白米 じゃがいも 油 砂糖	牛乳 鶏肉 がんもどき 丸天 ちくわ	にんじん さやいんげん たけのこ こんにゃく 土しょうが	こいロしょうゆ 削り節
(火)	もやしとにらの炒め物	油	ハム	緑豆もやし にら えのきたけ	こいロしょうゆ 塩 コショウ
5日	コーンピラフ	精白米 大麦 油 バター	牛乳 ベーコン 鶏肉	玉ねぎ にんじん コーン グリンピース	塩 コショウ こいロしょうゆ コンソメ
(水)	キャベツスープ	油	豚肉	キャベツ 玉ねぎ にんじん	鶏がら コンソメ うすロしょうゆ 塩 コショウ
	フルーツコンポート	砂糖		アロエ缶 パイン缶 黄桃缶	
6日	ポークビーンズ	コッペパン じゃがいも 砂糖 油	牛乳 豚肉 ベーコン 大豆	玉ねぎ にんじん グリンピース	ソース ケチャップ 鶏がら ローリエ コンソメ 塩 コショウ
(木)	野菜ソテー	油	ハム	キャベツ にんじん ピーマン	コンソメ 塩 コショウ
7日	さばのみそ煮	精白米 砂糖	牛乳 さば 白みそ 赤みそ	土しょうが	酒 こいロしょうゆ
(金)	けんちん汁	里芋	鶏肉 豆腐 うすあげ	大根 にんじん ささがきごぼう 青ねぎ	うすロしょうゆ 削り節
10日	鶏肉のさっぱり煮	コッペパン 砂糖	牛乳 鶏肉	にんにく 土しょうが	酢 こいロしょうゆ
(月)	担々スープ	米粉麺 ごま油 ねりごま	豚ひき肉 赤みそ	白菜 緑豆もやし にんじん にら にんにく 土しょうが	豆板醤 こいロしょうゆ 塩 鶏がら 中華スープ
12日	豚肉と大豆の炊き込みごはん	精白米 もち米 ラード 砂糖	牛乳 豚肉 大豆	たけのこ 干しいたけ	コンソメ 塩 こいロしょうゆ
(水)	かきたま汁		鶏肉 かまぼこ 卵	にんじん 三つ葉 えのきたけ	うすロしょうゆ 削り節
	大根サラダ	和風ドレッシング	茎わかめ	大根 にんじん	
13日	セルフツナドッグ	コッペパン	牛乳 ツナ油漬	玉ねぎ にんじん	カレー粉 ケチャップ ソース
(木)	米粉ポタージュ	じゃがいも 油 バター 米粉	ベーコン 牛乳 生クリーム	玉ねぎ にんじん	塩 コショウ コンソメ 鶏がら
14日	ちゃんこ鍋	精白米 砂糖	牛乳 ミートボール 平天 豚肉	にんじん ほうれん草 大根 白菜	うすロしょうゆ 塩 みりん だし昆布 削り節
(金)	大豆のかりんとう	さつまいも 片栗粉 揚げ油 砂糖	大豆		
17日	ミートスパゲッティ	小型コッペパン スパゲッティ 油	牛乳 豚ひき肉 大豆	玉ねぎ にんじん ピーマン	塩 コショウ ケチャップ ソース コンソメ
(月)	ブロッコリーとコーンのサラダ	ノンエッグマヨネーズ		ブロッコリー コーン	塩
18日	ピピンバ	精白米 油 砂糖 すりごま ごま油	牛乳 牛肉	ぜんまい水煮 大豆もやし 小松菜 にんじん 青ねぎ	こいロしょうゆ 塩 ラー油
(火)	わかめスープ		わかめ 卵	キャベツ にんじん えのきたけ 青ねぎ	鶏がら うすロしょうゆ 中華スープ 塩 コショウ
19日	カレーライス	精白米 油 じゃがいも	牛乳 豚肉	玉ねぎ にんじん 福神漬	ガーリックパウダー カレールウ ソース 塩 コショウ
(水)	福神漬け			みかん缶 黄桃缶 アロエ缶	
	オレンジポンチ			オレンジジュース	
20日	鶏肉のからあげ	コッペパン 片栗粉 揚げ油	牛乳 鶏肉	土しょうが	酒 うすロしょうゆ こいロしょうゆ
(木)	チンゲン菜のスープ	片栗粉		チンゲン菜 玉ねぎ 緑豆もやし しめじ にんじん 白ねぎ 土しょうが	鶏がら うすロしょうゆ 塩 コショウ 中華スープ
21日	関東煮	精白米 じゃがいも 砂糖	牛乳 鶏肉 がんもどき 丸天 ちくわ	大根 こんにゃく	こいロしょうゆ 削り節 だし昆布
(金)	焼き豚とキャベツの辛子和え	砂糖 油	焼き豚	キャベツ にんじん 緑豆もやし	こいロしょうゆ 粉辛子
25日	タッカルビ	コッペパン さつまいも ごま油 砂糖	牛乳 鶏肉	キャベツ 土しょうが にんにく 玉ねぎ	酒 こいロしょうゆ コチュジャン
(火)	にら玉スープ	片栗粉	卵	緑豆もやし たけのこ にんじん えのきたけ にら	鶏がら うすロしょうゆ 酒 塩 中華スープ
26日	豚肉と茎わかめの炒め煮	精白米 砂糖 油 ごま油	牛乳 豚肉 茎わかめ	にんじん	こいロしょうゆ 酒 削り節
(水)	ごま風味みそ汁	ねりごま	豆腐 わかめ うすあげ みそ	大根 えのきたけ 三つ葉	削り節
27日	ポトフ	コッペパン じゃがいも	牛乳 豚肉 フランクフルト	玉ねぎ にんじん 大根 キャベツ	鶏がら ローリエ コンソメ こいロしょうゆ 塩 コショウ
(木)	わかさぎのからあげ	揚げ油	わかさぎ(片栗粉付)	ミニゼリー(りんご・みかん)	
	ミニゼリー				
28日	菜飯	精白米	牛乳	炊き込み用青菜(味付)	
(金)	あんかけうどん	うどん 片栗粉	鶏肉 うすあげ	白菜 玉ねぎ にんじん しめじ 青ねぎ 土しょうが	うすロしょうゆ こいロしょうゆ 塩 みりん だし昆布 削り節
	煮豆	砂糖	大豆 角切昆布	にんじん こんにゃく	こいロしょうゆ

今月の栄養価

	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂質 (g)	ナトリウム (食塩相当量) (g)	カルシウム (mg)	マグネシウム (mg)	鉄 (mg)	ビタミンA (μgRAE)	ビタミンB1 (mg)	ビタミンB2 (mg)	ビタミンC (mg)	食物繊維 (g)
今月平均	624	23.8	20.0	2.5	307	77	1.7	215	0.50	0.55	24	4.0
文科省基準	650	21~33	14~22	2.0 未満	350	50	3.0	200	0.40	0.40	25	4.5 以上