



令和7年度

## 2 月 給 食 献 立 予 定 表

秩父市立荒川共同調理場



| 日  | 曜 | 主 食                   | 牛乳     | お か す                                       | ち にく ほね は 血や肉、骨や歯に なる食品 (赤)        | ねつ ちから 熱や力のもとに なる食品 (黄)                | からだの調子を ととの 整える食品 (緑)                             | 1杯* - kcal | 1杯* 質 g |
|----|---|-----------------------|--------|---|------------------------------------|--|---|------------|---------|
| 2  | 月 | ごはん                   | 牛乳     | いわしのうめ きんぴらだいず とんじる                         | 牛乳 いわし とりにく ちくわ だいず とうふ ぶたにく あぶらあげ | ごはん さとう あぶら じゃがいも                      | ウメ にんじん ごぼう かぼちゃ れんこん こんにゃく だいこん ねぎ               | 648        | 29.1    |
| 3  | 火 | すめし                   | 牛乳     | てまきすしセット (のり・やきにく・エビフライ②・ツナマヨ) はなぷのおすまし ぶくめ | 牛乳 のり かまぼこ とりにく えび ツナ ぶたにく おふ だいず  | ごはん ごまあぶら あぶら マヨネーズ さとう                | にんじん たまねぎ ほうれんそう にんにく しょうが                        | 718        | 30.1    |
| 4  | 水 | ココアあげパン               | 牛乳     | にくだんご② ツナとひじきのサラダ みそワタンスープ                  | 牛乳 にくだんご ぶたにく ツナ ひじき               | パン ミルクココア さとう あぶら ワンタン                 | きゃべつ りょくとうもやし たまねぎ にんじん とうもろこし きゃべつ きゅうり          | 660        | 24.9    |
| 5  | 木 | とりごもくごはん              | 牛乳     | モウカのたつたあげ とうにゅうみそスープ いちこのムース                | 牛乳 とりにく ちくわ あぶらあげ ウィナー とうにゅう モウカ   | ごはん あぶら さとう さつまいも ムース                  | にんじん だけのこ ごぼう しいたけ たまねぎ はくさい えのき いちご              | 593        | 25.4    |
| 6  | 金 | バターロール                | コーヒ-牛乳 | タンドリーチキン コールスローサラダ スコッチブロス                  | 牛乳 とりにく ひよこめ                       | パン バター じゃがいも コードレッシング あぶら もちむぎ         | たまねぎ きゃべつ にんじん とうもろこし にんにく しょうが セロリ               | 662        | 26.6    |
| 9  | 月 | ごはん                   | 牛乳     | マーボドウフ ボークしゅうまい② だいずもやしのナムル                 | 牛乳 とうふ ぶたにく                        | ごはん あぶら さとう かたくりこ はくりきこ かんこくドレッシング     | たまねぎ にんじん だけのこ しいたけ ねぎ しょうが だいずもやし りょくとうもやし       | 651        | 28.5    |
| 10 | 火 | ごはん                   | 牛乳     | ハヤシライス チーズサラダ パリッシュ                         | 牛乳 ぶたにく チーズ こさかな                   | ごはん あぶら ハヤシフレック わふうドレッシング じゃがいも        | しょうが にんにく たまねぎ にんじん きゃべつ とうもろこし                   | 634        | 22.3    |
| 12 | 木 | ハムピラフ                 | 牛乳     | ハートのコロッケ ハートのコンソメスープ チョコプリン                 | 牛乳 ハム ぶたにく ウィナー                    | ごはん バター あぶら じゃがいも マカロニ チョコレート          | たまねぎ にんじん とうもろこし マッシュルーム パセリ きゃべつ                 | 673        | 22.6    |
| 13 | 金 | じごなうどん                | 牛乳     | わかめうどんのしる かしわてん しおこんぶあえ                     | 牛乳 とりにく わかめ なんと しおこんぶ              | うどん はくりきこ あぶら ごまあぶら                    | にんじん たまねぎ ほうれんそう しいたけ しょうが にんにく きゃべつ こまつな         | 696        | 29.5    |
| 16 | 月 | ごはん                   | 牛乳     | ジャージャーどうふ パオズ② もやしのちゅうかサラダ                  | 牛乳 あつあげ ぶたにく                       | ごはん あぶら さとう かたくりこ はくりきこ ちゅうかドレッシング     | しょうが にんにく にんじん しいたけ だけのこ ねぎ こまつな りょくとうもやし         | 677        | 29.4    |
| 17 | 火 | ごはん                   | 牛乳     | ビビンパのぐ はるまき はるさめスープ                         | 牛乳 ぶたにく とりにく わかめ                   | ごはん ごまあぶら さとう はるさめ                     | しょうが にんにく にんじん ほうれんそう はくさいキムチ だいずもやし              | 663        | 23.3    |
| 18 | 水 | あつぎりしょくパン ☆はちみつ&マーガリン | 牛乳     | コーンポタージュ チキンナゲット② ポパイサラダ                    | 牛乳 とりにく ベーコン                       | パン はちみつ マーガリン バター はくりきこ たまねぎドレッシング あぶら | とうもろこし たまねぎ にんじん ほうれんそう ブロッコリー                    | 629        | 20.9    |
| 19 | 木 | わかめごはん                | 牛乳     | やさいのきつねに しろはなまめのコロッケ たくあんあえ                 | 牛乳 とりにく わかめ あぶらあげ しろはなまめ           | ごはん じゃがいも さとう あぶら ごま                   | いんげん にんじん こんにゃく せんぎりだいこんづけ りょくとうもやし ほうれんそう        | 686        | 26.4    |
| 20 | 金 | ツイストパン                | 牛乳     | ボークビーンズ わかさぎフリッター② ひじきとちくわのサラダ              | 牛乳 ぶたにく だいず わかさぎ ひじき ちくわ           | パン あぶら じゃがいも さとう はくりきこ ごまドレッシング        | にんにく たまねぎ にんじん ビーマン トマト とうもろこし ブロッコリー             | 670        | 27.3    |
| 24 | 火 | ごはん                   | 牛乳     | ヒレカツカレー こんにゃくサラダ みかん                        | 牛乳 とりにく ぶたにく わかめ                   | ごはん じゃがいも あぶら カレールウ しおちゅうかドレッシング       | たまねぎ にんじん にんにく しょうが こんにゃく きゃべつ とうもろこし みかん         | 699        | 24.8    |
| 25 | 水 | はちみつパン                | 牛乳     | しろみさかなのこうそうフライ イタリアンサラダ さつまいもシチュー           | 牛乳 しろみさかな とりにく                     | パン あぶら イタリアンドレッシング さつまいも シチュールウ        | りょくとうもやし きゃべつ にんじん とうもろこし ブロッコリー ほうれんそう           | 642        | 27.5    |
| 26 | 木 | ごはん                   | 牛乳     | すきやきにふう すりみチーズロール ほうれんそうのごまあえ               | 牛乳 とりにく とうふ チーズ                    | ごはん じゃがいも あぶら さとう ごま                   | しらたき にんじん はくさい たまねぎ ねぎ ほうれんそう りょくとうもやし            | 610        | 30.1    |
| 27 | 金 | ちゅうかめん                | 牛乳     | キムチラーメンのスープ あげぎょうざ② はるさめサラダ                 | 牛乳 ぶたにく ささみ                        | ちゅうかめん あぶら ごまあぶら さとう はるさめ              | しょうが きゃべつ にんじん にんにく りょくとうもやし ねぎ だいずもやし はくさいキムチ ころ | 632        | 25.9    |

◆給食に係る行事については、各学校のおたよりで確認してください。  
◆材料の入荷等の都合により、献立の一部が変更になる場合があります。

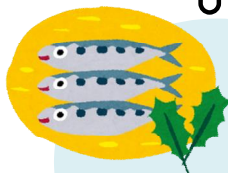


## せつぶんにとべるえんぎもの



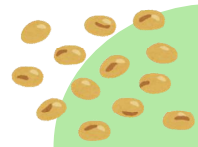
## 【えほうまき】

かみさまがいるほうがくを  
むいてたべるとごりえきを  
さすかるといわれています。  
ことしのかみさまは  
『南南東(なんなんとう)』  
にいるみたい・・・！



## 【いわし】

どくどくなにおいがするので  
にがてなひともおおい  
かもしれません。しかし  
そのにおいは、オニもがて....  
たべると邪氣(じまき)が  
にげるといわれています。



## 【だいず】

まめまきにつかったため  
は「福豆(ふくめめ)」と  
いわれオニをおいはらった  
とくべつなまめです。  
ノドにつまらせないように、  
よくかんでたべましょう！