

# 令和7年2月分予定献立表（小学校）

知立市学校給食センター

日曜	食器	献立	<赤> おもに体をつくる もとなる食品		<緑> おもに体の調子を整える もとなる食品		<黄> おもにエネルギーの もとなる食品		エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	
			1群	2群	3群	4群	5群	6群			
			魚・肉・卵・ 大豆・大豆製品	牛乳・乳製品 小魚・海そう	緑黄色野菜	その他の野菜 果物・きのこ	米・パン めん・いも・砂糖	油脂・種実			
			たんぱく質	無機質	ビタミン・無機質		炭水化物	脂質			
「節分」～『大豆』や『いわし』などを食べると縁起が良いとされています。～											
3月	大	ごはん 牛乳		ぎゅうにゅう			しょうが	こめ		607	25.8
	皿	いわしのかばやき	いわし					かたくりこ こめこ さとう	あぶら		
	皿	たくあんのごまあえ					キャベツ だいこんづけ		ごま		
	小	かずじり	酒かすが入ったみそ汁です。アルコールはとばしています。	ぶたにく とうふ みそ だいず	にんじん	はねぎ	だいこん こんにやく しろねぎ ごぼう	さといも			
4月	大	ごはん 牛乳		ぎゅうにゅう				こめ		655	24.1
	皿	ヤンニョムチキン	とりにく			にんにく	さとう かたくりこ	あぶら			
	皿	はるさめサラダ				キャベツ とうもろこし きゅうり	はるさめ さとう	ごまあぶら			
	小	しおふうみのちゅうかスープ	ベーコン とうふ		にんじん チンゲンサイ	もやし きくらげ					
5月	大	ごはん 牛乳		ぎゅうにゅう				こめ		661	27.4
	皿	さばのしおこうじやき	さば								
	小	にくじゃが	ぶたにく はんぺん		にんじん さやいんげん	たまねぎ こんにやく	じゃがいも さとう				
	皿	ごもくきんぴら	まぐろあぶらづけ		にんじん ピーマン	ごぼう れんこん	さとう	ごま			
6月	皿	しらたまうどん 牛乳		ぎゅうにゅう				うどん		692	26.3
	大	きつねうどんのしる	とりにく あぶらあげ かまぼこ	ぎゅうにゅう	にんじん はねぎ	しろねぎ はくさい	かたくりこ				
	皿	ちくわのカレーあげ(2ほん)	ちくわ	初午にちなんで、油揚げが入ったきつねうどんです。				てんぷらこ	あぶら		
	小	いそかあえ		のり	ごまつな	キャベツ もやし	さとう	さとう こめこ	あぶら		
7月	大	ごはん 牛乳		ぎゅうにゅう				こめ		623	29.5
	小	★えびいりほっぽうさい 【えび】	ぶたにく えび		にんじん チンゲンサイ	はくさい たけのこ たまねぎ きくらげ	かたくりこ さとう				
	皿	しゅうまい(2こ)	ぶたにく			たまねぎ	こむぎこ				
	皿	へきなんびんとときりほしだいこんのサラダ	とりにく		にんじん	きりほしだいこん はくさい きムチ きゅうり	さとう	ごま ごまあぶら			
10月	大	ごはん 牛乳		ぎゅうにゅう				こめ		604	25.3
	皿	てづくりふりかけ	まぐろあぶらづけ かつおぶし	ちりめんじゃこ ひじき	にんじん ピーマン		さとう	ごまあぶら			
	皿	ごもくあつやきたまご	たまご	ひじき	にんじん はねぎ	しろねぎ しいたけ たけのこ	さとう	あぶら			
	小	とりだんごのみぞれじり	とりにく とうふ		にんじん ごまつな	たまねぎ ごぼう えのきたけ だいこん しいたけ	パンこ かたくりこ	あぶら			
12月	皿	こがたロールパン 牛乳		ぎゅうにゅう				パン		637	23.7
	大	やさいたっぷりやきそば	ぶたにく ちくわ		にんじん ピーマン	キャベツ たまねぎ しょうが	さとう	ちゅうかめん あぶら			
	皿	あいちのチキンウインナー	チキンウインナー								
	小	フルーツのいちごゼリーあえ				いちご もも パインアップル	さとう	ココア			
13月	大	むぎごはん 牛乳		ぎゅうにゅう				こめ むぎ		657	27.1
	小	おまめのカレーシチュー	ぶたにく ひよこまめ だいず レンズまめ		にんじん	たまねぎ	じゃがいも カレールウ				
	皿	ビッグチキンナゲット	とりにく				こむぎこ コーンスターチ	あぶら			
	皿	カラフルツナサラダ シーザードレッシング	まぐろあぶらづけ		にんじん	キャベツ とうもろこし		ドレッシング			

愛知県産の食材(2月分の予定)



こめ



こむぎ



ぎゅうにゅう



とりにく



ぶたにく



しらすぼし



キャベツ



にんじん



チンゲンサイ



たまねぎ



さといも



れんこん



はくさい



きくらげ



だいず



みそ



ごまつな



みつば



だいこん



きりほしだいこん



きゅうり



いちご

毎月19日は「食育の日～おうちでごはんの日～」です

- ※食材の都合により献立を変更する場合があります。
- ※献立名は主食・主菜・副菜の順になっています。◎は、業者配送です
- ※★は、アレルギー対応食です。【 】内のアレルギーの除去食を提供します。
- ※アレルギー物質については、アレルギー関連書類で確認してください。



【2月学校給食献立月目標】

バランスよく食べよう



日曜	献立	<赤> おもに体をつくる もとになる食品		<緑> おもに体の調子を整える もとになる食品		<黄> おもにエネルギーの もとになる食品		エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	
		1群	2群	3群	4群	5群	6群			
		魚・肉・卵・ 大豆・大豆製品	牛乳・乳製品 小魚・海そう	緑黄色野菜	その他の野菜 果物・きのこ	米・パン めん・いも・砂糖	油脂・種実			
たんぱく質		無機質		ビタミン・無機質		炭水化物	脂質			
14 金	大	ごはん 牛乳		ぎゅうにゅう				こめ		618 22.6
	皿	にんじんピラフのぐ	とりにく		にんじん	たまねぎ えだまめ		あぶら		
	皿	ハートがたハンバーグの ソースかけ	とりにく			たまねぎ	さとう かたくりこ	あぶら		
	小	コンソメスープ	ぶたにく ベーコン		にんじん パセリ	たまねぎ キャベツ	じゃがいも			
	◎チョコレートプリン						さとう	チョコレート		
17 月	大	ごはん 牛乳		ぎゅうにゅう				こめ		655 29.5
	小	すきやきふうに	ぶたにく かまぼこ やきどうふ		にんじん はねぎ	こんにやく はくさい しろねぎ	さとう			
	皿	しらすいりおさかなカツ	たら		しらすばし あおのり	たまねぎ	かたくりこ こむぎこ パンこ さとう	あぶら		
	皿	みかわみどりのこんぶあえ	『三河みどり』という きゅうりを使用します。	こんぶ		れんこん きゅうり えだまめ				
18 火	大	ごはん 牛乳		ぎゅうにゅう				こめ		630 25.6
	皿	ぶたキムチどんぐ	ぶたにく		にら	もやし はくさいキムチ	かたくりこ	ごまあぶら		
	皿	れんこんいりつくね(2こ)	とりにく			れんこん たまねぎ	さとう	あぶら		
	小	きりほしだいこんのみそしる	なまあげ みそ	わかめ	にんじん はねぎ	たまねぎ しろねぎ きりほしだいこん よなし				
	ミニようなしゼリー						さとう			
19 水	大	ごはん 牛乳		ぎゅうにゅう				こめ		664 27.7
	皿	ちりゅうしよざいのひ	とりにく ぶたにく		にんじん	きりほしだいこん たまねぎ	こむぎこ パンこ	あぶら		
	小	★とうふのたまごとし [ たまご ]	ぶたにく とうふ かまぼこ たまご		にんじん みつば	たまねぎ しいたけ	さとう			
	皿	しそひじきあえ		ひじき	しそ こまつな にんじん	キャベツ				
20 木	皿	ちゅうかめん 牛乳		ぎゅうにゅう				ちゅうかめん		639 24.8
	大	とうにゅうみそラーメンのしる	ぶたにく とうにゅう みそ		にんじん はねぎ チンゲンサイ	はくさい しろねぎ とうもろこし メンマ にんにく	さとう			
	皿	あげぎょうざ(2こ)	ぶたにく			キャベツ たまねぎ	こむぎこ	あぶら		
	小	にらともやしのナムル			にら	もやし しょうが	さとう			
21 金	大	わかめごはん 牛乳		ぎゅうにゅう わかめ				こめ		671 31.9
	皿	さんまのみそぎんがみやき	さんま みそ				さとう			
	小	なまあげのそぼろに	とりにく なまあげ		にんじん さやいんげん	だいこん たけのこ しめじ たまねぎ いよかん	さとう かたくりこ			
	皿	いよかん(生)								
25 火	大	ごはん 牛乳		ぎゅうにゅう				こめ		658 26.8
	皿	とりにくとレバーのあげに	とりにく とりレバー				さとう かたくりこ	あぶら		
	皿	ゆかりあえ			しそ	きゅうり キャベツ				
	小	ちりゅうしよざいのひ	ぶたにく 塩いす みそ あぶらあげ		にんじん はねぎ	だいこん ごぼう はくさい こんにやく しろねぎ				
26 水	大	ごはん 牛乳		ぎゅうにゅう				こめ		612 28.2
	皿	かにたま	たまご かに		にんじん はねぎ	たけのこ しいたけ しろねぎ	さとう かたくりこ	あぶら		
	小	キムチチゲ	ぶたにく とうふ みそ		にんじん はねぎ	はくさいキムチ はくさい きくらげ しろねぎ だいこん				
	皿	パンパンジーサラダ ごまドレッシング	とりにく			キャベツ もやし きゅうり		ドレッシング		
27 木	皿	サンドイッチパンズパン 牛乳		ぎゅうにゅう				パン		653 27.9
	皿	チキンカツ とんかつソース	とりにく				パンこ こむぎこ	あぶら		
	小	せんキャベツ				キャベツ				
	大	まめたしやさいポタージュ	ウイナー だいず しろいんげんまめ とうにゅう		にんじん パセリ	たまねぎ はくさい にんにく	ホワイトルウ じゃがいも			
28 金	大	ごはん 牛乳		ぎゅうにゅう				こめ		624 18.9
	小	ハヤシシチュー	ぶたにく		にんじん	たまねぎ マッシュルーム	じゃがいも さとう ハヤシルウ	あぶら		
	皿	やさいソテー	ウイナー		にんじん ビーマン	キャベツ とうもろこし		あぶら		
	皿	せとか(生)				せとか				



今月の我が家の自慢料理

今月は7日(金)にハツ田小学校6年1組三浦彩愛さん、3年3組三浦碧天さんの「碧南美人と切りほし大根のサラダ」、27日(木)に知立小学校4年1組吉間千納さんの「豆たしやさいポタージュ」を取り入れました。



# 令和7年2月分予定献立表（中学校）

知立市学校給食センター

日曜	食器	献立	<赤> おもに体をつくる もとなる食品		<緑> おもに体の調子を整える もとなる食品		<黄> おもにエネルギーの もとなる食品		エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	
			1群	2群	3群	4群	5群	6群			
			魚・肉・卵・ 大豆・大豆製品	牛乳・乳製品 小魚・海そう	緑黄色野菜	その他の野菜 果物・きのこ	米・パン めん・いも・砂糖	油脂・種実			
			たんぱく質	無機質	ビタミン・無機質		炭水化物	脂質			
「節分」～『大豆』や『いわし』などを食べると縁起が良いとされています。～											
3月	大	ごはん 牛乳		ぎゅうにゅう			しょうが	こめ		772	31.2
	皿	いわしのかばやき	いわし					かたくりに こめこ さとう	あぶら		
	皿	たくあんのごまあえ					キャベツ だいこんづけ		ごま		
	小	かすじる	酒かすが入ったみそ汁です。アルコールはとばしています。	ぶたにく とうふ みそ だいず	にんじん はねぎ		だいこん こんにやく しろねぎ ごぼう	さといも			
4月	大	ごはん 牛乳		ぎゅうにゅう				こめ		840	29.7
	皿	ヤンニョムチキン	とりにく			にんにく	さとう かたくりに	あぶら			
	皿	はるさめサラダ				キャベツ とうもろこし きゅうり	はるさめ さとう	ごまあぶら			
	小	しおふうみのちゅうかスープ	ベーコン とうふ		にんじん チンゲンサイ	もやし きくらげ					
5月	大	ごはん 牛乳		ぎゅうにゅう				こめ		845	33.8
	皿	さばのしおこうじやき	さば								
	小	にくじゃが	ぶたにく はんぺん		にんじん さやいんげん	たまねぎ こんにやく	じゃがいも さとう				
	皿	ごもくきんぴら	まぐろあぶらづけ		にんじん ビーマン	ごぼう れんこん	さとう	ごま			
6月	皿	しらたまうどん 牛乳		ぎゅうにゅう				うどん		781	30.2
	大	きつねうどんのしる	とりにく あぶらあげ かまぼこ	ぎゅうにゅう	にんじん はねぎ	しろねぎ はくさい	かたくりに				
	皿	ちくわのカレーあげ(2ほん)	ちくわ	初午にちなんで、油揚げが入ったきつねうどんです。				てんぷらこ	あぶら		
	小	いそかあえ		のり	ごまつな	キャベツ もやし	さとう	さとう ころもこ	あぶら		
7月	大	ごはん 牛乳		ぎゅうにゅう				こめ		815	37.8
	小	★えびいりほっぽうさい 【えび】	ぶたにく えび		にんじん チンゲンサイ	はくさい たけのこ たまねぎ きくらげ	かたくりに さとう				
	皿	しゅうまい(3こ)	ぶたにく			たまねぎ	こむぎこ				
	皿	へきなんびんとときりほしだいこんのサラダ	とりにく		にんじん	きりほしだいこん はくさいキムチ きゅうり	さとう	ごま ごまあぶら			
10月	大	ごはん 牛乳		ぎゅうにゅう				こめ		814	33.5
	皿	てづくりふりかけ	まぐろあぶらづけ かつおぶし	ちりめんじゃこ ひじき	にんじん ビーマン		さとう	ごまあぶら			
	皿	ごもくあつやきたまご	たまご	ひじき	にんじん はねぎ	しろねぎ しいたけ たけのこ	さとう	あぶら			
	小	とりだんごのみぞれじる	とりにく とうふ		にんじん ごまつな	たまねぎ ごぼう えのきたけ だいこん しいたけ	パンこ かたくりに	あぶら			
12月	皿	こがたロールパン 牛乳		ぎゅうにゅう				パン		831	31.2
	大	やさしいたつぷりやきそば	ぶたにく ちくわ		にんじん ビーマン	キャベツ たまねぎ しょうが	ちゅうかめん	あぶら			
	皿	あいちのチキンウインナー(2ほん)	チキンウインナー								
	小	フルーツのいちごゼリーあえ				いちご もも パインアップル	さとう				
13月	大	むぎごはん 牛乳		ぎゅうにゅう				こめ むぎ		842	33.4
	小	おまめのカレーシチュー	ぶたにく ひよこまめ だいず レンズまめ		にんじん	たまねぎ	じゃがいも カレールー	あぶら			
	皿	ビッグチキンナゲット	とりにく				こむぎこ コーンスターチ				
	皿	カラフルツナサラダ シーザードレッシング	まぐろあぶらづけ		にんじん	キャベツ とうもろこし		ドレッシング			

愛知県産の食材(2月分の予定)



こめ



こむぎ



ぎゅうにゅう



とりにく



ぶたにく



しらすぼし



キャベツ



にんじん



チンゲンサイ



たまねぎ



さといも



れんこん



はくさい



きくらげ



だいず



みそ



ごまつな



みつば



だいこん



きりほしだいこん



きゅうり



いちご

毎月19日は「食育の日～おうちでごはんの日～」です

※食材の都合により献立を変更する場合があります。  
 ※献立名は主食・主菜・副菜の順になっています。◎は、業者配送です  
 ※★は、アレルギー対応食です。【 】内のアレルギーの除去食を提供します。  
 ※アレルギー物質については、アレルギー関連書類で確認してください。



【2月学校給食献立月目標】

バランスよく食べよう



日曜	献立	<赤> おもに体をつくる もとなる食品		<緑> おもに体の調子を整える もとなる食品		<黄> おもにエネルギーの もとなる食品		エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	
		1群	2群	3群	4群	5群	6群			
		魚・肉・卵・ 大豆・大豆製品	牛乳・乳製品 小魚・海そう	緑黄色野菜	その他の野菜 果物・きのこ	米・パン めん・いも・砂糖	油脂・種実			
たんぱく質		無機質		ビタミン・無機質		炭水化物		脂質		
14 金	大	ごはん 牛乳	ごはんにんにく	ぎゅうにゅう	にんじん	たまねぎ えだまめ	こめ			
	皿	にんじんピラフのぐ	とりにく			たまねぎ	さとう かたくり	あぶら	800	
	皿	ハートがたハンバーグのソースかけ	とりにく							
	小	コンソメスープ	ぶたにく		にんじん パセリ	たまねぎ キャベツ	じゃがいも		29.2	
	◎チョコレートプリン						さとう	チョコレート		
17 月	大	ごはん 牛乳	ぶたにく	ぎゅうにゅう	にんじん はねぎ	こんにやく はくさい	こめ			
	小	すきやきふう	かまぼこ			しろねぎ	さとう		831	
	皿	しらすいりおさかなカツ	やきとうふ		しらすばし あおのり	たまねぎ	かたくりこ こむぎこ	あぶら	36.3	
	皿	みかわみどりのこんぶあえ	たら	こんぶ		れんこん きゅうり	パンこ さとう			
18 火	大	ごはん 牛乳	ぶたにく	ぎゅうにゅう	にら	もやし	こめ			
	皿	ぶたキムチどんぐ				はくさいキムチ	かたくりこ	ごまあぶら	785	
	皿	れんこんいりつくね(2こ)	とりにく			れんこん たまねぎ	さとう	あぶら	30.7	
	小	きりほしだいこんのみそしる	なまあげ みそ	わかめ	にんじん はねぎ	たまねぎ しろねぎ				
	ミニようなしゼリー					きりほしだいこん	さとう			
19 水	大	ごはん 牛乳	とりにく	ぎゅうにゅう	にんじん	きりほしだいこん	こめ			
	皿	ちりゅうしよざいのひ	ぶたにく			たまねぎ	こむぎこ パンこ	あぶら	851	
	小	★とうふのたまごとし	ぶたにく		にんじん みつば	たまねぎ しいたけ	さとう		34.3	
	皿	しそひじきあえ	かまぼこ たまご	ひじき	しそ ごまつな	キャベツ				
					にんじん					
20 木	皿	ちゅうかめん 牛乳		ぎゅうにゅう			ちゅうかめん			
	大	とうにゅうみそラーメンのしる	ぶたにく		にんじん はねぎ	はくさい しろねぎ	さとう		780	
	皿	あげぎょうざ(3こ)	とうにゅう		チンゲンサイ	とうもろこし			30.0	
	小	にらともやしのナムル	みそ			にんにく	キャベツ たまねぎ	こむぎこ	あぶら	
						もやし	しょうが	さとう		
21 金	大	わかめごはん 牛乳		ぎゅうにゅう	わかめ		こめ			
	皿	さんまのみそぎんがみやき	さんま みそ				さとう		825	
	小	なまあげのそぼろ	とりにく		にんじん	だいこん たけのこ	さとう かたくり		36.8	
	皿	いよかん(生)	なまあげ		さやいんげん	いよかん				
25 火	大	ごはん 牛乳	とりにく	ぎゅうにゅう			こめ			
	皿	とりにくとレバーのあげに	とりにく				さとう かたくり	あぶら	885	
	皿	ゆかりあえ			しそ	きゅうり キャベツ				
	小	ちりゅうしよざいのひ	ぶたにく		にんじん はねぎ	だいこん ごぼう	はくさい	こんにやく		35.7
						はくさい	こんにやく	しろねぎ		
	アーモンドごさかな						さとう	アーモンド		
26 水	大	ごはん 牛乳	たまご	ぎゅうにゅう	にんじん はねぎ	たけのこ しいたけ	こめ			
	皿	かにたま	かに			しろねぎ	さとう かたくり	あぶら	779	
	小	キムチチゲ	ぶたにく		にんじん はねぎ	はくさいキムチ			34.5	
	皿	パンパンジーサラダ	とうふ			はくさい きくらげ				
		みそ			しろねぎ だいこん					
	ごまドレッシング	とりにく			キャベツ もやし			ドレッシング		
27 木	皿	サンドイッチパンズパン 牛乳		ぎゅうにゅう			パン			
	皿	チキンカツ	とりにく				パンこ	こむぎこ	あぶら	848
	小	とんかつソース								
	小	せんキャベツ				キャベツ				
大	まめたしやさいポタージュ	ウインナー	だいず	にんじん	パセリ	たまねぎ	はくさい	ホワイトルウ	36.3	
		しろいんげん	まめ			にんにく	じゃがいも			
		とうにゅう								
28 金	大	ごはん 牛乳	ぶたにく	ぎゅうにゅう	にんじん	たまねぎ	こめ			
	小	ハヤシチュー				マッシュルーム	じゃがいも	さとう	あぶら	794
	皿	やさいソテー	ウインナー		にんじん	キャベツ	ハヤシルウ		あぶら	22.9
	皿	せとか(生)				とうもろこし				
						せとか				



今月の我が家の自慢料理

今月は7日(金)に、**ハツ小 小学校6年1組三浦彩愛さん**、**3年3組三浦碧天さん**の「**碧南美人と切りほし大根のサラダ**」、27日(木)に**知立 小学校4年1組吉間千納さん**の「**豆たしやさいポタージュ**」を取り入れました。



今月の平均	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂質 (摂取エネルギーの%)	カルシウム (mg)	マグネシウム (mg)	鉄 (mg)	ビタミン				食物繊維 (g)	食塩 (g)
	A (μg)	B1 (mg)	B2 (mg)	C (mg)								
818	32.6	26.3	422	119	4.3	506	0.78	0.62	31	5.4	2.8	