

2月 学校給食献立予定表



令和7年度 上野原小学校

日	曜日	こんだて	【黄の仲間の食品】		【赤の仲間の食品】		【緑の仲間の食品】		行事 炭水化物・たんぱく質 エネルギー（中学年用）
			主に熱や力のもとになる 炭水化物	脂質	主に血や肉、骨などをつくる たんぱく質	無機質	主に体の調子を整える ビタミン		
2	月	ひじきごはん にこみおでん（たまご） はくさいのみそしる	MILK	こめ むぎ さとう さとう	あぶら	とりにく あぶらあげ さつまあげ はんべん（卵白）うすらたまご ちくわ みそ あぶらあげ	ひじき	にんじん えだまめ だいこん こんにゃく はくさい えのきだけ ほうれんそう	74.5・26 569
3	火	セルフきんぱ もやしのナムル しゃりしゃりのりだいす	MILK	こめ むぎ さとう でんぶん	ごまあぶら ごまあぶら ごま あぶら	ぶたにく だいす	てまきのり あおのり	にんにく しょうが はくさいキムチ つぼづけ たまねぎ もやし にんじん ほうれんそう	80.2・23.8 593
4	水	あんかけやきそば たまごスープ（たまご）	MILK	ちゅうかめん さとう でんぶん	あぶら ごまあぶら ごまあぶら	ぶたにく いか ベーコン たまご とうふ		しょうが にんにく はくさい にんじん だけのこ しいたけ ちんげんさい にんじん えのきだけ ブロッコリー	58.8・22.8 543
5	木	ドライカレー ツナとこまつなサラダ（たまご） ミルメークコーヒー	MILK	こめ むぎ カレールウ フレンチドレッシング（たまご） ミルメーク	バター	ぶたにく ツナ		しょうが にんにく たまねぎ にんじん トマト ピーマン こまつな きゅべつ コーン	88・22 647
6	金	6-2こうあんきゅうしょく ③かんこく ビビンバ トッポギいりテンジャンチゲ ワッフル（たまご）	MILK	こめ むぎ さとう しゃがいも トッポギ こむぎこ さとう	ごまあぶら ごま ごまあぶら たまご	ぶたにく みそ ぶたにく みそ あさり あぶらあげ たまご		しょうが にんにく もやし にんじん ほうれんそう にんにく たまねぎ えのきだけ	6-2考案給食 ③韓国 91.9・28.3 701
9	月	ごもぐチャーハン パンパンジーサラダ わんたんスープ	MILK	こめ むぎ パンパンジードレッシング（ごま） わんたん	ごまあぶら ごまあぶら	とりにく ベーコン とりにく とりにく		たまねぎ にんじん しょうが にんにく しいたけ グリーンピース もやし にんじん きゅうり たまねぎ はくさい にら	71.8・25.1 526
10	火	ケバブサンド きゅべつとコーンのサラダ はくさいのクリームスープ	MILK	パン サウザンドレッシング クリームポタージュ	あぶら	ベーコン ベーコン	ヨーグルト ぎゅうにゅう	にんにく きゅべつ きゅうり コーン はくさい たまねぎ にんじん コーン しめじ	62.2・26.6 579
12	木	むぎごはん さけのしおやき きりぼしだいこんのいたために じゃがいものみそしる	MILK	こめ むぎ さとう じゃがいも	ごまあぶら	あましおさけ あぶらあげ あぶらあげ みそ		きりぼしだいこん にんじん しいたけ いんげん たまねぎ えのきだけ こまつな	79・25.2 577
13	金	6-1こうあんきゅうしょく ①イタリア カルボナーラふうクリームスパゲティ チキンのハーブやき イタリアンサラダ キャラメルパンナコッタ（たまご）	MILK	スパゲティ クリームポタージュ イタリアンドレッシング さとう	あぶら オリーブ油	ベーコン とりにく たまご だいす	チーズ ギュウにゅう にゅうせいひん	たまねぎ にんじん こまつな にんにく バジル プロッコリー カリフラワー キャベツ	6-1考案給食 ①イタリア 80.5・32.8 783
16	月	わかめごはん にくじゃが なめことだいこんのみそしる	MILK	こめ むぎ じゃがいも さとう	あぶら	ぶたにく みそ あぶらあげ	わかめごはんのもと	しょうが たまねぎ にんじん しらたき グリーンピース なめこ だいこん ねぎ ほうれんそう	87.2・21.5 591
17	火	メンチカツバーガー ^{ゆできゅべつ} ミネストローネ	MILK	パン こむぎこ パンこ じゃがいも	あぶら	とりにく ぶたにく だいす ベーコン		たまねぎ にんにく きゅべつ にんにく にんじん たまねぎ えだまめ トマト	67.3・21.1 545
18	水	ぶたにくとごぼうのシャキシャキどん あさりとこまつなのみそしる	MILK	こめ むぎ さとう あさり みそ	ごまあぶら ごま	ぶたにく あさり みそ		しょうが たまねぎ にんじん ごぼう しらたき こまつな ねぎ えのきだけ	83.5・25 608
19	木	6-1こうあんきゅうしょく ②わしょく とりそぼろこんぶごはん ちくわのてんぷら（あおのりふうみ） コロコロポテトサラダ とんじる	MILK	こめ むぎ さとう こむぎこ さとう じゃがいも	あぶら あぶら マヨネーズ あぶら	とりにく ちくわ ぶたにく みそ とうふ	しおこんぶ あおのり	えだまめ しょうが にんじん きゅうり コーン しょうが ごぼう だいこん にんじん ねぎ	6-1考案給食 ②和食 81.9・23 605
20	金	むぎごはん ハンバーグおろしソース（たまご） こまつなとコーンのソテー ^{ふゆやさい} トトロ	MILK	こめ むぎ さとう パンこ じゃがいも	あぶら	ぶたにく たまご ベーコン ウィンナー		たまねぎ だいこんおろし こまつな しめじ きゅべつ コーン にんにく だいこん にんじん はくさい	80.8・24.1 626
24	火	カレーピラフ ツナポテトグラタン マカロニいりトマトスープ	MILK	こめ むぎ じゃがいも マカロニ	マーガリン あぶら ツナ あぶら	とりにく ツナ ベーコン	なまクリーム チーズ	たまねぎ にんじん マッシュルーム グリーンピース にんにく にんじん たまねぎ トマト	81.2・24.9 613
25	水	ちゃんぽんつけめん やきぎょうざ	MILK	ちゅうかめん ぎょうざのかわ	あぶら ごまあぶら	ぶたにく いか なると ぶたにく とりにく		にんにく しょうが にんじん きゅべつ たけのこ コーン きゅべつ にら たまねぎ	62.3・22.6 574
26	木	むぎごはん あじフライ きゅべつのおかかあえ とうふのみそしる	MILK	こめ むぎ こむぎこ パンこ ドレッシング	あぶら	あじ かまぼこ かつおぶし とうふ みそ あぶらあげ	わかめ	きゅべつ こまつな ねぎ ほうれんそう	83.2・24.4 605
27	金	チキンカレーライス コールスローサラダ	MILK	こめ むぎ カレールウ じゃがいも ドレッシング	あぶら	とりにく	スキムミルク	にんにく しょうが たまねぎ にんじん トマト きゅべつ にんじん コーン	89.6・22.4 772

※献立は都合により変わる場合があります。

※たまごを含む献立は、献立の隣に（たまご）と表示してあります。

※フレンチドレッシングには原材料に**たまご（加糖卵黄）**が入っています。

※ベーコン・ハムには**たまご・乳**が原材料に入っています。

※マヨネーズは、たまごを原材料としないマヨネーズを使用しています。

※カレールウ・ハヤシルウ・ホワイトルウ・デミグラスソース・ポタージュ・ベシャメルソースなど、使用している調味料には、小麦を原材料に使用しています。

※お米・牛乳・みそは山梨県産です。