

2月 きゅうしょくこんだてひょう

令和7年度

黒埼学校給食センター（小学校・中学校）

日 (曜)	こんだて	エネルギーのもと		体をつくる		体の調子をととのえる		備考
		たんすいかぶつ	ししつ	たんばくしつ	むきしつ	ビタミン		
2 日 (月)	ごはん	こめ						エネルギー (kcal) 小 601 中 742
	わかめスープ	はるさめ		ぎょにく（かまぼこ）	わかめ	にんじん	ねぎ もやし	
	あつあ厚揚げと豚肉のみそ炒め	さとう じゃがいもでんぶん	あぶら ごまあぶら	なまあげ ぶたにく みそ		にんじん さやいんげん	しいたけ たまねぎ たけのこ しょうが にんにく	
	ヨーグルト			ゼラチン	せいにゅう ふんにゅう にゅうせいひん かんでん		ブルーン	
	ぎゅうにゅう牛乳				ぎゅうにゅう			
3 日 (火)	ごはん	こめ						小 650 中 803
	はくさい白菜のみそ汁	さといも		あぶらあげ うちまめ みそ			はくさい ねぎ	
	いわしのかばやき	さとう じゃがいもでんぶん	あぶら	いわし				
	のりすあえ				のり	ほうれんそう にんじん	もやし	
	せつぶんまめ節分豆			だいず				
ぎゅうにゅう牛乳				ぎゅうにゅう				
4 日 (水)	ごはん	こめ						小 590 中 742
	にく肉じゃが	じゃがいも さとう	あぶら	ぶたにく		にんじん さやいんげん	たまねぎ しらたき	
	ひじきの佃煮	さとう		ツナ	ひじき			
	アーモンドキャベツ		アーモンド				キャベツ きゅうり	
	ぎゅうにゅう牛乳				ぎゅうにゅう			
5 日 (木)	ごはん	こめ						黒崎中学校なし
	とうふ豆腐の中華煮	さとう じゃがいもでんぶん	あぶら ごまあぶら	とうふ ぶたにく		にんじん チンゲンサイ	ねぎ はくさい しいたけ メンマ しょうが にんにく	
	あ揚げコーンシューマイ	じゃがいもでんぶん こむぎこ さとう みずあめ	あぶら とんし	だいず とうふ たら			とうもろこし たまねぎ	
	ごま入り大根漬け		ごま		こんぶ	にんじん	だいこん	
	ぎゅうにゅう牛乳				ぎゅうにゅう			
6 日 (金)	ごはん	こめ						小 668 中 821
	キムチチゲ	さとう もちこ	ごまあぶら	たら とうふ みそ	こんぶ	にんじん にら	だいこん はくさい ごぼう ねぎ にんにく しょうが	
	ヤンニョムチキン	じゃがいもでんぶん さとう	あぶら ごまあぶら	とりにく			にんにく	
	ナムル	さとう	ごまあぶら			こまつな	もやし コーン	
	プリン	こなあめ げんまい さとう さつまいも	あぶら					
ぎゅうにゅう牛乳				ぎゅうにゅう				
9 日 (月)	ごはん	こめ						小 646 中 813
	キーマカレー	じゃがいも さとう じゃがいもでんぶん さつまいも こめこ	あぶら ラード	とりにく だいず		にんじん トマト	たまねぎ にんにく グリーンピース しょうが	
	ヨーグルトあえ				ヨーグルト		みかん パイン もも りんご	
	ふくじんづ福神漬け	さとう				にんじん しそのは	だいこん なす れんこん しょうが	
	ぎゅうにゅう牛乳				ぎゅうにゅう			
10 日 (火)	ごはん	こめ						小 653 中 812
	かつおふりかけ	さとう とうもろこしでんぶん		かつおけすりぶし	のり	まっちゃ		
	にくだんご肉団子と白菜のスープ	さとう	あぶら	とりにく だいず		にんじん こまつな	しいたけ はくさい たまねぎ にんにく しょうが	
	だいず大豆とさつまいもの揚げ煮	じゃがいもでんぶん さつまいも さとう	あぶら	だいず				
	みかん						みかん	
ぎゅうにゅう牛乳				ぎゅうにゅう				
12 日 (木)	ごはん	こめ						小 664 中 842
	さわに沢煮わん	はるさめ		ぶたにく		にんじん さやえんどう	えのきたけ ごぼう たけのこ	
	さばのみそ煮	さとう じゃがいもでんぶん		さば みそ				
	じゃがいものきんぴら	じゃがいも さとう	あぶら			にんじん さやいんげん	ごぼう こんにゃく	
	チーズ				チーズ			
ぎゅうにゅう牛乳				ぎゅうにゅう				
13 日 (金)	ごはん	こめ						小 612 中 750
	すきやき	さとう	あぶら	ぶたにく やきどうふ		にんじん しゅんぎく	えのきたけ はくさい ねぎ しらたき	
	いかときゅうりの甘酢あえ	さとう		いか	わかめ		みかん きゅうり かぶ	
	チョコプリン	さとう じゃがいもでんぶん	ココア	とうにゅう				
	ぎゅうにゅう牛乳				ぎゅうにゅう			

16日 (月)	ごはん	こめ					
	たまご ふゆやさい 卵と冬野菜のとりみスープ	さといも じゃがいもでんぷん		たまご とうふ		にんじん こまつな	だいこん しいたけ ねぎ しょうが
	チキンたれかつ	さとう こむぎこ	あぶら	とりにく			
	キャベツととう菜のサラダ	さとう	たまごぬきマヨ ネーズ			とうな にんじん	キャベツ コーン
小 693 中 852	ぎゅうにゅう 牛乳				ぎゅうにゅう		
17日 (火)	ごはん	こめ					
	スキー汁	さつまいも		とうふ ぶたにく みそ		にんじん	ねぎ ごぼう だいこん しいたけ こんにゃく
	ますの塩こうじ焼き	さとう		ます			
	ごまびたし		ごま			こまつな にんじん	もやし
	いちごゼリー	さとう					いちご
小 598 中 734	ぎゅうにゅう 牛乳				ぎゅうにゅう		
18日 (水)	ごはん	こめ					
	こんさいじる 根菜汁	じゃがいも		なまあげ みそ		にんじん	だいこん ごぼう ねぎ こんにゃく
	メンチカツ	こむぎこ さとう	あぶら	ぶたにく とんこつ だいず			たまねぎ
	とうな 冬菜とえのきのひたし					とうな こまつな	もやし えのきたけ
小 613 中 755	ぎゅうにゅう 牛乳				ぎゅうにゅう		
19日 (木)	きなこ揚げパン	こめこ こむぎこ さとう	あぶら ショートニング	きなこ	だっしふんにゅう		
	ワントンスープ	こめこ じゃがいもでんぷん		ぶたにく ぎょにく (なると)		こまつな にんじん	もやし ねぎ しいたけ メンマ
	ビーンズサラダ	じゃがいも	あぶら	だいず		にんじん	きゅうり コーン
	ぎゅうにゅう 牛乳				ぎゅうにゅう		
20日 (金)	ごはん	こめ					
	ほうれん 草と鶏の和風スープ	じゃがいもでんぷん	ごまあぶら	とうふ たまご		ほうれんそう にんじん	ねぎ
	とり肉のてり焼き	さとう		とりにく			
	ごま入り白菜と昆布の和え物		ごま ごまあぶら		しおこんぶ		はくさい しょうが
	ぼんかん						ぼんかん
小 603 中 735	ぎゅうにゅう 牛乳				ぎゅうにゅう		
24日 (火)	ようふうさんしよく 洋風三色ごはん	こめ さとう じゃがいもでんぷん とうもろこしでんぷん	あぶら	ぶたにく (ウイン ナー)		にんじん	たまねぎ コーン グリーンピース
	はくさい 白菜のクリーム煮	じゃがいも こむぎこ	あぶら バター (乳)	とりにく	ぎゅうにゅう チーズ	にんじん チンゲンサイ	はくさい たまねぎ ぶなしめじ
	だいこん 大根とわかめのサラダ		あぶら	ツナ	わかめ		だいこん きゅうり
	ミルメークコーヒー	さとう					
小 593 中 749	ぎゅうにゅう 牛乳				ぎゅうにゅう		
25日 (水)	ソフトめん	こむぎこ					
	ミートソース	こめこ さとう じゃがいもでんぷん	あぶら ラード	ぶたにく だいず	チーズ	にんじん トマト パジル	たまねぎ しょうが にんにく グリーンピース
	こんにゃくサラダ	タピオカでんぷん	あぶら		わかめ		キャベツ きゅうり コーン こんにゃく
	りんご						りんご
小 678 中 891	ぎゅうにゅう 牛乳				ぎゅうにゅう		
26日 (木)	ごはん	こめ					
	かき玉汁			とうふ たまご みそ		こまつな	えのきたけ ねぎ
	ししゃもフライ	こむぎこ とうもろこしでんぷん	あぶら		ししゃも		
	くき 茎わかめのきんぴら	さとう	あぶら ごまあぶら	ぎょにく (さつまあ げ)	くきわかめ	にんじん	ごぼう こんにゃく
小 627 中 822	ぎゅうにゅう 牛乳				ぎゅうにゅう		
27日 (金)	ゆかりごはん	こめ さとう				あかしそ	
	もずくスープ			とうふ	もずく	こまつな	えのきたけ ねぎ
	とり肉のカレー揚げ	じゃがいもでんぷん	あぶら	とりにく			
	アーモンド入りシャキシャキサラダ	じゃがいも	アーモンド あぶら			にんじん	きゅうり
	ちゅう (中) お祝いクレープ	さとう みずあめ こめこ	あぶら	とうにゅう だいず			いちご
小 604 中 839	ぎゅうにゅう 牛乳				ぎゅうにゅう		



コシヒカリ給食の日

中野小屋中学校
2年1組
渡邊 貴翔さんの
献立

黒崎中学校3年生
給食最終日

給食のこんだてを 考えてくれました

今月は、立たち仏ぼつ小しょう学がく校こう6年ねん生せいと中なか野の小しょう屋やう中ちゅう学がく校こう2年ねん生せいの代だい表ひょう者しやが考かんがえてくくれた献けん立だてが給きゅう食しよくに登のぼ場ばします。家か庭てい科かの時とき間かんに学まなんだこことをを活いかかして、考かんがえた献けん立だてです。

2月6日(金)
立たち仏ぼつ小しょう学がく校こう6年ねん2組ぐみ 本ほん間ま 美み羽はさん
【テーマ】韓国料理
【アピールポイント】
韓かん国こく料りょう理りといいうと辛からい物ものが思おもいうかぶかもしれませんが、砂さとう糖とうななどの調ちょう味み料りょうををプかラかスすして辛からすぎないようににししました。ままた、韓かん国こく料りょう理りでは、プぷリンななどのデでザざーとトとががああり、辛からい物ものを食たべたああとの口くち直なおしににななります。プぷリンでカかルシウしうムも足たしました。

2月12日(木)
立たち仏ぼつ小しょう学がく校こう6年ねん1組ぐみ 櫻さくら井い 政まさ斗とさん
【テーマ】いろいろよく
【アピールポイント】
このメめニにーは、じゃがいものきんぴらや沢さわ煮にわんと野菜やさいがおおく入はいっているのので、栄えい養よう満まん点てんです。ささばのみそ煮しをを入いれてああるののでタンパたんク質しつををししっかりとととるこことががででききます。カかルシウしうムををととるたためにチちーずもつつけけました。

2月20日(金)
中なか野の小しょう屋やう中ちゅう学がく校こう2年ねん1組ぐみ 渡わた邊なべ 貴き翔しょうさん
【テーマ】寒さむさは忘わすれ 季き節せつは感かんじる
ボカボカごはん
【アピールポイント】
全ぜん体たい的てきに「和わ」で統とう一いつししました。ししょううががを使つかい、冬ふゆの寒さむさを忘わすれさせ、温あたたかなるようなメニめーににししました。白はく菜さいななどの旬しゅんの食しょく材ざいを使つかい、季き節せつを感かんじるようににししました。味あじ付つけのババラらンンスも考かんがえました。和わ風ふうスすーすの優やさしい味あじがこころおっつくこうせい心こころを落おち着ちやうかせるような構こう成せいにななっています。