
 令和7年度  
砺波市学校給食センター

日	曜	献立名	アレルギー 対応食	食 品 名						
				主に体をつくるものになるもの		主に体の調子を整えるものになるもの		主にエネルギーのもとになるもの		
2	月	節分・立春の日献立			イワシ とうふ 大豆	牛乳 煮干し粉	小松菜 にんじん しそ	キャベツ 大根 たまねぎ ねぎ	米 さとう でんぶん コーンスターチ	油 ごま油
		ごはん 牛乳 イワシのかば焼き ゆかりあえ かみなり汁 節分豆								
3	火	ごはん 牛乳 スタミナいため ゆでブロッコリー ビーフンスープ		ぶた肉 とり肉	牛乳	にんじん ピーマン ブロッコリー	しょうが にんにく キャベツ たまねぎ もやし 干しいたけ	米 パン粉 でんぶん ビーフン	油 マヨネーズ	
4	水	ごはん 牛乳 サバのみりん焼き かおり漬け 豆乳入りみそ鍋		サバ とり肉 豆乳 みそ	牛乳	にんじん 広島菜 京菜 大根葉	きゅうり キャベツ たまねぎ しいたけ 白菜	米 じゃがいも さとう		
5	木	コッペパン 牛乳 オムレツ ジャーマンポテト コンソメスープ いちごジャム		ベーコン たまご	牛乳	パセリ にんじん	たまねぎ キャベツ 大根 コーン 枝豆 いちご	コッペパン じゃがいも さとう	油	
6	金	ごはん 牛乳 ちくわの磯辺揚げ ゆばあえ 肉じゃが		ゆば ぶた肉 ちくわ	牛乳 青のり	小松菜 にんじん さやいんげん	もやし たまねぎ こんにゃく	米 てんぷら粉 さとう じゃがいも	油	
9	月	ごはん 牛乳 春巻き バンサンスー 八宝菜		とり肉 ぶた肉	牛乳	にんじん	たまねぎ キャベツ もやし たけのこ きゅうり しょうが 白菜 干しいたけ ねぎ	米 春巻きの皮 春雨 さとう コーンスターチ	油 ごま油	
10	火	ごはん 牛乳 千草焼き 切干し大根のひたし キムチ汁 りんごヨーグルト		たまご ぶた肉 とうふ	牛乳 ヨーグルト	にんじん 小松菜	ねぎ キャベツ 切干し大根 たまねぎ えのきたけ 白菜キムチ ねぎ りんご	米 さとう さといも		
11	水	<div><div></div><div>建国記念の日</div><div></div></div>								
12	木	おはなし献立 イタリアのおはなし「スイミー」			アジ ベーコン とり肉	牛乳 海藻ミックス	にんじん	にんにく たまねぎ マッシュルーム グリーンピース 白菜 コーン ねぎ	はちみつパン パン粉 小麦粉 でんぶん スパゲッティ	油
		はちみつパン 牛乳 お魚ナゲット スパゲッティソース 海のなかまスープ								
13	金	ごはん 牛乳 ハート型コロッケ 青菜のコーンあえ ちゃんこ鍋 ひじきふりかけ		とり肉 ぶた肉 カツオ	牛乳 煮干し粉 ひじき	小松菜 にんじん	たまねぎ もやし コーン 白菜 干しいたけ ごぼう こんにゃく ねぎ	米 じゃがいも さとう パン粉 小麦粉 でんぶん	油 ごま	
16	月	ごはん 牛乳 アジフライ 炒り大豆あえ 大根のそぼろ煮		アジ いり大豆粉 きなこ ぶた肉	牛乳	小松菜 にんじん	キャベツ しょうが たまねぎ 大根 こんにゃく	米 パン粉 小麦粉 さとう コーンスターチ	油	
17	火	ごはん 牛乳 ヤンニョムチキン 中華サラダ ワンタンスープ 豆乳プリン		とり肉 豆乳	牛乳	ブロッコリー にんじん	にんにく キャベツ もやし 白菜 たまねぎ 干しいたけ ねぎ	米 でんぶん さとう ワンタンの皮	油 中華ドレッシング	
18	水	ごはん 牛乳 サケの照り焼き 茎わかめのきんぴら ぶた汁		サケ ぶた肉 みそ	牛乳 茎わかめ	にんじん	しょうが ごぼう れんこん こんにゃく 大根 白菜 ねぎ	米 さとう コーンスターチ さつまいも	ごま油 ごま	
19	木	となみたっぷり献立			ぶた肉 とり肉 油揚げ	牛乳	にんじん トマト	たまねぎ しょうが キャベツ きゅうり 福神漬 にんにく しょうが ねぎ	ソフト麺 コッペパン パン粉 でんぶん さとう しゅうまいの皮 じゃがいも	油
		●ソフト麺 減量コッペパン 牛乳 ポークしゅうまい 合わせ漬け となみの和風カレーソース								
20	金	わかめごはん 牛乳 白身魚フライ コールスローサラダ ウィナーとポテトのスープ		ホキ ウィナー	牛乳 わかめ	ブロッコリー にんじん	きゅうり キャベツ コーン たまねぎ しめじ	米 パン粉 小麦粉 でん粉 じゃがいも	油 コールスロードレッシング	
23	月	<div><div></div><div>天皇誕生日</div><div></div></div>								
24	火	ごはん 牛乳 とり肉とレバーの甘酢からめ ドレッシングサラダ なめこのみそ汁		とり肉 ぶたレバー 油揚げ みそ	牛乳 煮干し粉	にんじん	キャベツ きゅうり たまねぎ なめこ	米 でんぶん さとう じゃがいも	油 和風ドレッシング	
25	水	ごはん 牛乳 サバの塩焼き ごまあえ のっぺい汁		サバ とり肉	牛乳 煮干し粉	小松菜 にんじん	もやし 大根 たまねぎ ねぎ	米 さとう さといも コーンスターチ	ごま	
26	木	チキンバーガー（丸パン・グリルチキンのケチャップソース） 牛乳 アスパラサラダ コーンチャウダー		とり肉 ベーコン	牛乳	トマト にんじん ブロッコリー アスパラガス	キャベツ たまねぎ コーン	丸パン 米粉 でんぶん さとう コーンスターチ じゃがいも	フレンチドレッシング	
27	金	ごはん 牛乳 シシャモフライ かぶの昆布あえ ●親子煮	卵	とり肉 たまご	牛乳 シシャモ こんぶ	にんじん さやいんげん	かぶ キャベツ きゅうり たまねぎ こんにゃく	米 パン粉 でんぶん 小麦粉 じゃがいも さとう	油	

## 今月の地場産食材の紹介



米



し、いたけ



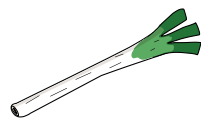
さといも



キャベツ



さつまいも



ねぎ



にんじん



小松菜

- ・献立は都合により変更になることがあります。
- ・給食で初めて食べた食品でアレルギー症状が出る場合がありますので、食べたことのない食品がある場合は、ご家庭で事前に食べてみることをお勧めします。

今月の平均栄養価			
	エネルギー	たんぱく質	カルシウム
基準	830kcal	27～42g	450mg
提供量	786kcal	28.0g	354mg