



# 2月こんだてひょう (小学校)



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

## 今月の地場産食材の紹介



米



しいたけ



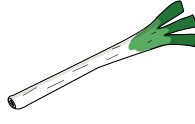
さといも



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	650kcal	21～33g	350mg
提供量	616kcal	23.0g	324mg