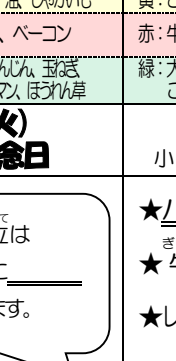

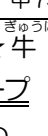
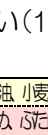


令和7年

2月分献立表

名寄市学校給食センター

黄色の仲間	熱や力となり、体を動かす力のもとになる	赤の仲間	血や骨や肉になり、体をつくる	緑の仲間	体の調子を整える																			
3 (月) 小605kcal 中707kcal	4 (火) 小561kcal 中682kcal	5 (水) 小712kcal 中953kcal	6 (木) 小520kcal 中625kcal	7 (金) 小491kcal 中625kcal																				
★すしごはん ★牛乳 ★すまし汁(豆腐・わかめ) ★五目煮	★黒砂糖パン★牛乳 ★キャベツとコーンのスープ ★ミートボールケチャップ炒め ☆スペイン風オムレツ	★かき揚げ丼(小1こ・中2こ) ★天丼のたれ ★牛乳 ★豚汁	★ごはん ★牛乳 ★醤油ワンタンスープ ★白菜のごまあえ ★いわしの梅煮	★ごはん ★牛乳 ★みそ汁(じゃがいも・小松菜) ★もやしの炒めもの ★おろしノースハンバーグ																				
黄:ごはん 油 さとう 赤:牛乳 どり肉 ひじき さつま揚げ 大豆 わかめ 豆腐 緑:にんじん ごま油 かんぴょう 椎茸 こんにゃく 長ねぎ	黄:黒糖/ひ さとう 油 じゃがいも 赤:牛乳 どり肉 卵 ベーコン 緑:キャベツ コーン にんじん ねぎ しめじ/セリ ピーマン ほうろ草	黄:ごはん 油 じゃがいも 小麦粉 さとう 赤:牛乳 ぶり肉 豆腐 みそ 緑:大根 にんじん ねぎ 長ねぎ ごま油 こんにゃく 春菊	黄:ごはん ワンタン さとう ごま 赤:牛乳 ぶり肉 いわし 緑:にんじん 玉ねぎ もやし 椎茸 長ねぎ 白菜 小松菜 梅	黄:ごはん じゃがいも さとう 油 赤:牛乳 はんぺん みそ どり肉 ぶり肉 かつお節 緑:小松菜 もやし にんじん いりたん 大根																				
10 (月) 小508kcal 中613kcal	11 (火) 建国記念日	12 (水) 小715kcal 中839kcal	13 (木) 小618kcal 中731kcal	14 (金) 小651kcal 中757kcal																				
★ごはん ★牛乳 ★みそ汁(もやし・舞茸) ★大根こってり煮 ★厚焼き玉子	アンコール献立はメニューの下に_____線がつけられています。 	★ハヤシライス ★牛乳 ★レモンドレッシングサラダ	★ごはん ★牛乳 ★卵とコーンのスープ ★豚肉のオイスター炒め ★アジフライ ←骨に注意	★ごはん ★牛乳 ★わかめスープ ★キムチ炒め ★肉しゅうまい(1人2こ) ★プリン																				
黄:ごはん 油 さとう でん粉 赤:牛乳 みそ どり肉 卵 緑:もやし 舞茸 大根 にんじん いりたん		黄:ごはん 油 じゃがいも 赤:牛乳 ぶり肉 緑:にんじん 玉ねぎ キャベツ レモン	黄:ごはん 油 さとう ごま油 小麦粉 卵 赤:牛乳 卵 ぶり肉 あじ 緑:コーン パセリ ほうろ草 にんじん 玉ねぎ チョコアネ	黄:ごはん ごま ごま油 小麦粉 さとう 赤:牛乳 豆腐 わかめ ぶり肉 どり肉 緑:長ねぎ 白菜 玉ねぎ にんじん ほうろ草 小松菜																				
17 (月) 小531kcal 中682kcal	18 (火) 小615kcal 中693kcal	19 (水) 小673kcal 中786kcal	20 (木) 小631kcal 中742kcal	21 (金) 小553kcal 中667kcal																				
★ごはん ★牛乳 ★アルファベットスープ ★ひじきのごまマヨあえ ★焼き唐揚げ小12こ・中3こ	★もち粉パン★牛乳 ★コーンポタージュ ★野菜ソテー ★チーズハンバーグ	★チキンカレー ★牛乳 ★和風ドレッシングサラダ	★ごはん ★牛乳 ★おでん ★さばのみそ煮 ★いよかん ←骨に注意	★ごはん ★牛乳 ★いも団子汁 ★高野豆腐の煮物 ★いわしの生姜煮 ←骨に注意																				
黄:ごはん マカヒ 油 さとう ごま マヨネーズ 小麦粉 赤:牛乳 どり肉 ひじき ツナ 緑:白菜 にんじん コーン キャベツ	黄:もち粉/ひ 油 赤:牛乳 ぶり肉 どり肉 チーズ 緑:コーン 玉ねぎ にんじん パセリ キャベツ いりたん	黄:ごはん 油 じゃがいも 赤:牛乳 どり肉 緑:にんじん 玉ねぎ もやし コーン	黄:ごはん 赤:牛乳 がんも さつま揚げ どり肉 さば みそ 緑:大根 にんじん こんにゃく いよかん	黄:ごはん じゃがいも さとう 油 でん粉 赤:牛乳 ぶり肉 高野豆腐 いわし みそ 緑:大根 長ねぎ にんじん 玉ねぎ ごま油 いりたん 生姜																				
24 (月) 振替休日	25 (火) 小563kcal 中677kcal	26 (水) 小659kcal 中759kcal	27 (木) 小519kcal 中641kcal	28 (金) 小650kcal 中726kcal																				
2月平均栄養面 たんぱく質 @24.9g @28.6g 脂 肪 @19.4g @21.6g ナトリウム @26g @30g (塩分相当量)	★ごはん ★牛乳 ★みそ汁(大根・たまき茸) ★じゃがいもほろろ ★鶏ごま照り焼き	★ビビンバ <small>とんこつ高野みそ SPF隊使用</small> ★牛乳 ★あまおうクレープ	★ごはん ★牛乳 ★根菜のみそ汁 ★ひまわり油炒め ★鮭の塩焼き ←骨に注意	★醤油野菜ラーメン ★牛乳 ★春巻き																				
	黄:ごはん じゃがいも 油 さとう ま/卵粉 赤:牛乳 みそ ぶり肉 どり肉 緑:大根 たまき茸 にんじん 玉ねぎ コーン 枝豆	黄:ごはん さとう ごま油 小麦粉 赤:牛乳 ぶり肉 卵 緑:にんじん 小松菜 もやし いちご	黄:ごはん ごま ひまわり油 さとう 赤:牛乳 どり肉 油揚げ みそ さつま揚げ 鮭 緑:にんじん ごま油 大根 玉ねぎ こんにゃく 長ねぎ キャベツ	黄:ラーメン 油 小麦粉 春菊 赤:牛乳 ぶり肉 はんぺん 緑:玉ねぎ 長ねぎ にんじん 白菜 枝豆																				
2月 の名産食材	アソビのこんだて 12月に給食アンケートを取りました。ご協力ありがとうございました！ アンケートの結果から、人気だった献立を取り入れています。※一部3月に予定。			節分と「豆」 節分に豆まきをするのは、 霊力があると考えられている豆の力で、鬼に見立てた災いや邪気を追いはらうためだと言われています。																				
			<table border="1"><tr><th>主 食</th><th>汁 もの</th><th>主 菜</th><th>副 菜</th><th>デザート</th></tr><tr><td>チキンカレー</td><td>たまご 卵 トロコブ</td><td>チーズソテー</td><td>トシガガ(和風味)</td><td>クレープ</td></tr><tr><td>ビビンバ</td><td>ポタージュ</td><td>アジフライ</td><td>炒めもの(キムチ味)</td><td>フルーツ</td></tr><tr><td>醤油野菜ラーメン</td><td>わかめスープ</td><td>おろしソテー</td><td>じものしょう油 煮物(しょう油 じゃがいも)</td><td>プリン</td></tr></table>	主 食	汁 もの	主 菜	副 菜	デザート	チキンカレー	たまご 卵 トロコブ	チーズソテー	トシガガ(和風味)	クレープ	ビビンバ	ポタージュ	アジフライ	炒めもの(キムチ味)	フルーツ	醤油野菜ラーメン	わかめスープ	おろしソテー	じものしょう油 煮物(しょう油 じゃがいも)	プリン	
主 食	汁 もの	主 菜	副 菜	デザート																				
チキンカレー	たまご 卵 トロコブ	チーズソテー	トシガガ(和風味)	クレープ																				
ビビンバ	ポタージュ	アジフライ	炒めもの(キムチ味)	フルーツ																				
醤油野菜ラーメン	わかめスープ	おろしソテー	じものしょう油 煮物(しょう油 じゃがいも)	プリン																				

※都合により献立の一部を変更することがありますのでご了承ください。

※給食費は忘れずご期日までに納めましょう。