



2月 学校給食献立予定表 (中学校)



2025.2 本渡学校給食センター

日付	主食	牛乳	おかず	主な材料						栄養量	
				あか		きいろ		みどり		エネルギー	たんぱく質
				ちやくやくほねになる		ねつやちからになる		からだのちょうしをとのえる		kcal	g
節分メニュー											
3月	ごはん		大豆の磯煮 いわし梅煮 サラ玉ちゃん和え 手巻きのり <small>焼きのりは、一人2枚ずついただきます！</small>	牛乳 ハム 鶏肉 大豆 いわし ちぎりあげ ひじき 厚揚げ	米 じゃがいも さとう	麦 こんにやく 油	にんじん きゅうり コーン たまねぎ	いんげん キャベツ うめ	892	29.5	
4火	ごはん		なめこの味噌汁 キャベツ入り平つくねたれ そくせき漬け	牛乳 油揚げ みそ 豆腐 豚肉 鶏肉 【いりこ】	米 さとう	麦 澱粉	なめこ だいこん ねぎ きゅうり	たまねぎ にんじん キャベツ ぶくじん漬	843	25.7	
天草宝島デー「キャベツ」											
5水	玄米パン		ラビオリのスープ 鶏の野菜巻フライ コールスローサラダ	牛乳 鶏肉 ポークインナー	玄米パン ラビオリ コールスローレタス パン粉	じゃがいも 油 小麦粉	にんじん たまねぎ コーン 白菜	キャベツ きゅうり いんげん	854	29.2	
6木	ごはん		春雨スープ 焼きぎょうざ② 中華和え	牛乳 かまぼこ 卵	鶏肉	米 はるさめ さとう	麦 ごま油 小麦粉	にんじん たまねぎ きゅうり キャベツ いら	しめじ ねぎ もやし にんにく しょうが	843	23.1
7金	しそごはん		もすくのかき卵汁 れんこんのはさみ揚げ 大根サラダ	牛乳 鶏肉 豆腐 卵 もすく かにかま 【かつお節・昆布】	米 さとう 小麦粉	ごま ノンエッグマヨネーズ	たまねぎ しいたけ えのきだけ きゅうり	にんじん ねぎ しそ だいこん れんこん	864	27.2	
10月	ごはん		おでん風煮 いわしとお肉のハンバーグ こんぶの和え物	牛乳 鶏肉 豚肉 ちくわ いわしのすりみ	厚揚げ 油揚げ うずら卵 こんぶ ひじき	米 さといも こんにやく	麦 さとう ごま油	だいこん にんじん もやし だけのこ	894	30.0	
バレンタインメニュー											
12水	ココアパン		白菜のクリームシチュー ハートのコロック かにかまサラダ いちごのバレンタインムース	牛乳 豚肉 大豆	鶏肉 かにかま 豆乳	ココアパン マカロニ バター 油	じゃがいも シチュールウ ごま	たまねぎ はくさい きゅうり いちご果汁	にんじん 枝豆 れんこん	887	27.9
13木	ごはん		だご汁 野菜のたまご焼き ほうれん草のひじき和え	牛乳 ちくわ 油揚げ 卵 大豆 【かつお節・昆布】	鶏肉 ひじき 卵	米 小麦粉 さとう	麦 さといも	にんじん ごぼう ほうれん草 枝豆	だいこん ねぎ もやし	867	24.7
天草宝島デー「ほんかん」											
14金	ごはん		きくらげの中華風スープ 豚の生姜焼き ほんかん	牛乳 豆腐 豚肉	ポークインナー わかめ	米 澱粉	麦 さとう	にんじん きくらげ たまねぎ しょうが	もやし キャベツ しめじ ほんかん	847	28.5
17月	ごはん		白菜と肉団子のスープ きんぴらの包み焼き じゃこ豆サラダ	牛乳 鶏肉 ちりめん	ちくわ 豆腐 大豆	米 ドレッシング	麦 ごま	はくさい にんじん キャベツ コーン	たまねぎ ねぎ きゅうり ごぼう	864	26.1
18火	ごはん		あおさ汁 いわしのおかか煮 れんこんとひじきのサラダ	牛乳 豆腐 ひじき いわし 【かつお節・昆布】	あおさ かまぼこ かつお節	米 ドレッシング	麦	たまねぎ えのきだけ れんこん	にんじん きゅうり	862	25.3
19水	カット丸パン		コンソメスープ グリルチキン マカロニサラダ	牛乳 鶏肉	ベーコン ハム	丸パン さとう	じゃがいも マカロニ ノンエッグマヨネーズ	にんじん ほうれん草 きゅうり	たまねぎ しめじ キャベツ	846	29.7
ふるさとくまさんデー (熊本県)											
20木	ぶち丸ごはん		タイピーエン 春巻 しそキクラゲ和え	牛乳 豚肉 鶏肉	うずら卵	米 はるさめ 小麦粉	ぶちまる君 油 春巻きの皮	キャベツ にんじん きゅうり だけのこ	たまねぎ ねぎ きくらげ もやし	865	24.6
21金	チキンライス		ポトフ風スープ ほうれん草オムレツ ごまネーズサラダ	牛乳 卵	ポークインナー ツナ	米 ノンエッグマヨネーズ	じゃがいも ごま	キャベツ にんじん きゅうり パセリ	たまねぎ しめじ ほうれん草	876	26.7
天草宝島デー「天草豚肉」											
25火	ごはん		豚汁 ちくわのいそべ揚げ 小松菜の和えもの	牛乳 厚揚げ みそ ベーコン	豚肉 あおさ ちくわ 【いりこ】	米 小麦粉 こんにやく	麦 さとう	しょうが だいこん ねぎ キャベツ	にんじん ごぼう 小松菜 コーン	846	25.7
26水	カットコッパン		平糲スープ 白身魚フライ 野菜のささみの和え ノンエッグタルタルソース	牛乳 わかめ ホキ	豚肉 ちくわ 鶏肉	コッパン ごま油 小麦粉 パン粉	クイッティオ 油 ノンエッグタルタル	にんじん きくらげ キャベツ	たまねぎ きゅうり コーン	864	22.1
お肉の日「天草豚肉」											
27木	ごはん		ポークカレー チキンナゲット② フルーツヨーグルト和え	牛乳 ヨーグルト	豚肉 鶏肉	米 じゃがいも	麦 カレールー	たまねぎ マッシュルーム りんご もも	にんじん グリンピース パイン みかん	848	28.4
28金	ごはん		魚そうめん汁 鶏の天ぷら 切干大根のサラダ	牛乳 鶏肉 乳 卵	魚そうめん 豆腐 ツナ 【いりこ】	米 小麦粉 さとう	麦 ごま	にんじん たまねぎ きゅうり うめ	小松菜 千切大根 大葉	837	25.8

2月の天草産の食材

米、きくらげ、しいたけ、いりこ、ほんかん、大根、白菜、豚肉



※献立は都合により変更することがあります。ご了承ください。