

令和7年度2月分 学校給食献立表

いちき串木野市立学校給食センター

	月	火	水	木	金
献立	2日 ① 牛乳 ④ 五目和え かける ② ごはん ③ 親子丼の具	3日 ① 牛乳 ④ いわし梅肉大葉フライ ⑤ 筋分豆 ② 黒糖パン ③ 寄せ鍋風スープ	4日 ① 牛乳 ④ ぴり辛みそごはんの具 ② ごはん ③ 根菜つくねスープ	5日 ① 牛乳 ④ マカロニソテー ⑤ マーシャルペンズ ② コッペパン ③ ポトフ	6日 ① 牛乳 ④ かつおみそ ② ごはん ③ 筑前煮
エネルギー	小 624kcal 中 763kcal	小 640kcal 中 776kcal	小 676kcal 中 831kcal	小 635kcal 中 789kcal	小 684kcal 中 830kcal
たんぱく質	小 29.4g 中 36.6g	小 31.2g 中 36.1g	小 25.9g 中 31.2g	小 26.3g 中 32.7g	小 31.1g 中 36.9g
献立	9日 ① 牛乳 ④ 高菜そぼろごはんの具 ② ごはん ③ 沢煮わん	10日 ① 牛乳 ④ 鶏レバーのオーロラソース和え ⑤ サウキャベツ ② パンキンミルクパン ③ もずくスープ	11日 はんこくきねんひ 建国記念の日 2月の平均栄養量 エネルギー 小 645Kcal 中 793Kcal たんぱく質 小 27.2g 中 33.2g 脂 質 小 27.6g 中 26.1% (エネルギーに対して)	12日 ① 牛乳 ④ アップルポンチ ② チョコチップミルクパン ③ シーフードスナック ② ごはん ③ 豚汁	13日 ① 牛乳 ④ ハートのさつまあげ ⑤ ゆかりあえ ② ごはん ③ 豚汁
エネルギー	小 604kcal 中 728kcal	小 610kcal 中 778kcal	小 664kcal 中 867kcal	小 666kcal 中 785kcal	
たんぱく質	小 24.8g 中 30.1g	小 30.4g 中 37.6g	小 25.7g 中 32.3g	小 27.5g 中 32.1g	
献立	16日 ① 牛乳 ④ 和風サラダ ② ごはん ③ ポークカレー	17日 ① 牛乳 ④ ホウレンソウとコーンのソテー ② バターパン ③ さつまいものクリームシチュー	18日 ① 牛乳 ④ いわしのみぞれ煮 ⑤ 紅白なます ② ごはん ③ まめみそ汁	19日 ① 牛乳 ④ セレクトフライ ⑤ ポイルキャベツ ⑥ アンエッグタルトソース はさむ ② バーガーパン ③ 中華コンソープ	20日 ① 牛乳 ④ 葉にんにくの炒め物 ⑤ 豆乳ハンナコッタ ② ごはん ③ 肉団子入りスープ
エネルギー	小 667kcal 中 826kcal	小 697kcal 中 906kcal	小 643kcal 中 752kcal	小 629kcal 中 756kcal	
たんぱく質	小 24.6g 中 31.4g	小 28.1g 中 36.8g	小 25.0g 中 28.7g	小 20.2g 中 24.2g	
献立	23日 天皇誕生日 ① 牛乳 ④ 豆腐ハンバーグの甘酢あん ② 黒糖パン ③ 五目うどん	24日 ① 牛乳 ④ きびなごのピリ辛ソースかけ ② ごはん ③ かぼちゃのみそ汁	25日 ① 牛乳 ④ ツナサンドの具 ⑤ パンキンマドレーズ はさむ ② たわりコッペパン ③ 具だくさん野菜スープ	26日 ① 牛乳 ④ きゅうりともやしのナムル かけてもOK ② ごはん ③ 麻婆豆腐	27日 ① 牛乳 ④ きゅうりともやしのナムル かけてもOK ② ごはん ③ 麻婆豆腐
エネルギー	小 604kcal 中 763kcal	小 657kcal 中 796kcal	小 658kcal 中 822kcal	小 628kcal 中 766kcal	
たんぱく質	小 32.0g 中 39.6g	小 25.7g 中 30.8g	小 28.7g 中 37.3g	小 25.4g 中 30.6g	

※ 各料理は、同じ番号の食品から作られています。

★は中学3年生のアンコール献立です。

