



令和7年度2月分

学校給食予定献立表



御殿場市立西学校給食センター 0550-89-2944

日曜日	こんだて	おもに体をつくる もとになる食べ物		おもに体の調子を整える もとになる食べ物		おもにエネルギーの もとになる食べ物		栄養価	
								小学校	中学校
	*** 節分(せつぶん) こんだて ***								
2月	ごはん				こめ				
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう				588	733		
	いわしの生姜煮	いわし	しょうが	さとう・でんぷん・みずあめ		17	16		
	五目きんぴら	ぶたにく	ごぼう・こんにゃく・にんじん・さいいんげん	ごま・ごまあぶら・さとう		26	23		
	根菜みそ汁	とうふ・あぶらあげ・みそ	にんじん・だいこん	さといも		2.0	2.4		
火	黒とう福豆	だいず		さとう・こむぎこ・こくとう・あぶら					
3月	食パン/キャラメルクリーム			パン/キャラメルクリーム					
	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう		594	737			
	チキンのハーブ焼き	とりにく		さとう・でんぷん・みずあめ	20	21			
	キャベツとコーンのサラダ		キャベツ・こまつな・とうもろこし	ドレッシング	34	33			
	ぼかぼか豆乳スープ	ベーコン・とうにゅう	はくさい・にんじん・しめじ・たまねぎ しょうが		2.1	2.6			
水	いよかん		いよかん						
4月	りんごチップ入りロールパン		りんご	パン					
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう			621	796			
	ポロニアステーキ	とりにく・ぶたにく		さとう・でんぷん	17	18			
	ツナとマカロニのソテー	まぐろあぶらづけ	たまねぎ・あおピーマン・あかピーマン とうもろこし・にんにく	マカロニ・オリーブゆ	30	27			
	豆と麦のスープ	とりにく・ひよこまめ	にんじん・たまねぎ・パセリ	おおむぎ・じゃがいも・あぶら	2.6	3.5			
5月	ビビンバ	ごはん			こめ	566	705		
	・ごはん								
	・肉と玉子の炒め煮	ぶたにく・みそ・たまご	にんにく	さとう・でんぷん・あぶら	18	17			
	・野菜のナムル		もやし・こまつな・にんじん	ドレッシング	30	27			
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう			2.1	2.7			
木	わかめスープ	わかめ・とうふ・かまぼこ	えのきたけ・ねぶかねぎ・にんじん	ごま					
*** 原里小 6年1組さんが考えた献立 ***									
6月	ごはん			こめ					
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう			682	852			
	富士山コロッケ	ぶたにく・とりにく	たまねぎ	じゃがいも・さとう・パンこ・あぶら こむぎこ・でんぷん・みずあめ	12	12			
	水かけ菜のおかかあえ	かつおぶし	みずかけな・はくさい・にんじん		33	30			
	ゴテンバボークの豚汁	ぶたにく・とうふ・あぶらあげ・みそ	だいこん・にんじん・ごぼう・こんにゃく ねぶかねぎ	さといも・あぶら	1.8	2.2			
金	こめこのタルト			こめこのタルト					
9月	うどん			うどん					
	いかの天ぷら	いか		こむぎこ・でんぷん・あぶら	573	791			
	天ぷらうどんの汁	とりにく・あぶらあげ・かまぼこ	こまつな・ねぶかねぎ・しいたけ	あぶら	19	17			
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう			39	40			
	にんじんしりしり	まぐろあぶらづけ・たまご	にんじん	さとう・でんぷん・あぶら	2.6	3.1			
月	【中学のみ】レアチーズケーキ			レアチーズケーキ					
10月	ごはん			こめ					
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう			566	731			
	さばのねぎみそがけ	さば・みそ	しょうが・はねぎ	さとう・でんぷん	13	18			
	大根と豚肉の煮物	ぶたにく・さつまあげ・こんぶ	だいこん・にんじん・こんにゃく・さやいんげん	さとう	31	29			
	白菜となめこのみそ汁	あぶらあげ・みそ	なめこ・もやし・はくさい		2.3	2.7			
火									
11月	建国記念(けんこくきねん)の日								
12月	ココア揚げパン			パン・ココア・さとう・あぶら					
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう			564	841			
	ウィンナーと野菜のソテー	ウィンナー	さやいんげん・とうもろこし・にんじん	オリーブゆ	18	17			
	とり肉のクリーム煮	とりにく・ぎゅうにゅう なまクリーム・だっしふんにゅう	たまねぎ・にんじん・マッシュルーム グリーンピース	じゃがいも・あぶら・ルウ	41	35			
					1.9	3.2			
木									
13月	ごはん			こめ					
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう			602	746			
	照り焼きハンバーグ	とりにく・ぶたにく	たまねぎ・トマト・にんにく・しょうが	ごま・さとう・でんぷん	15	14			
	ひじきとハートこんにゃくの炒め煮	ひじき・だいず	こんにゃく・にんじん・さやいんげん	ごまあぶら・さとう	33	31			
	和風ポトフ	ウィンナー	にんじん・しめじ・だいこん・はくさい		2.5	3.1			
金	チョコクレープ			チョコクレープ					

日曜日	こんだて	おもに体をつくる もとなる食べ物	おもに体の調子を整える もとなる食べ物	おもにエネルギーの もとなる食べ物	栄養価 小学校 中学校		
16月	ごはん			こめ			
	ボークカレー	ぶたにく・だっしふんにゅう	たまねぎ・にんじん・グリーンピース・りんご にんにく・しょうが	じゃがいも・ルウ・あぶら	676	816	
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう			15	15	
	チキンカツ	とりにく		パンこ・こむぎこ・でんぶん・あぶら	31	31	
	海藻サラダ	わかめ・くきわかめ・あかとさかのり しろとさかのり・まふのり・こんぶ	キャベツ・とうもろこ	ドレッシング	2.7	3.7	
17火	食パン/クリームゴールド			パン/クリームゴールド			
	コーヒーぎゅうにゅう	コーヒーぎゅうにゅう			619	722	
	グラタン	えび・だっしふんにゅう	たまねぎ・とうもろこし・にんじん グリーンピース・マッシュルーム	マカロニ・こむぎこ・でんぶん バター・マーガリン・あぶら	14	14	
	しめじと野菜の炒め物	ハム	しめじ・キャベツ・こまつな	あぶら	33	31	
	ABCスープ	しろいんげんまめ・とりにく	にんじん・たまねぎ・パセリ	マカロニ・じゃがいも・あぶら	2.7	3.1	
18水	🍷🍷🍷🍷🍷🍷🍷🍷 ごてんばごめこの日 🍷🍷🍷🍷🍷🍷🍷🍷						
	ごはん			こめ			
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう			624	766	
	すき焼き風煮	ぶたにく・とうふ・たまご	たまねぎ・はくさい・ねぶかねぎ・こんにゃく	さとう・あぶら	16	16	
	もやしとベーコンのソテー	ベーコン	もやし・にんじん・にんにく	オリーブゆ	29	27	
富士山ゼリー			ふじさんゼリー	1.9	2.1		
🍷🍷🍷🍷🍷🍷🍷🍷 ふじのくに地産地消（ちさんちしょう）週間（19日～23日） 🍷🍷🍷🍷🍷🍷🍷🍷							
19木	*** ふじっぴー給食 ***						
	ごはん			こめ			
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう			617	771	
	ヤンニョムかつお	かつお	にんにく	じゃがいも・さとう・でんぶん みずあめ・あぶら	16	15	
	チンゲンサイとピーフンのソテー	ぶたにく	チンゲンサイ・にんじん・キャベツ・しょうが	ピーフン・ごまあぶら	29	26	
リーフレタスとコーンの中華スープ	ベーコン	リーフレタス・たまねぎ・しいたけ とうもろこし	でんぶん	1.6	2.0		
20金	*** たべっぴーの本の世界へようこそ～「ジャックと豆の木」より 魔法の豆サラダ～ ***						
	マーガリン入りロールパン			パン・マーガリン			
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう			623	855	
	チーズ入りオムレツ	たまご・チーズ		こむぎこ・さとう・でんぶん・あぶら	15	14	
	魔法の豆サラダ	あおえんどうまめ・ひよこまめ レッドキドニー	キャベツ・とうもろこし	ドレッシング	40	39	
チキンとポテトのスープ	とりにく	にんじん・たまねぎ・パセリ	じゃがいも・あぶら	2.7	3.7		
23月	天皇誕生日（てんのうたんじょうび）						
24火	ごはん			こめ			
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう			572	833	
	まぐろメンチカツ	まぐろ	たまねぎ・しょうが	パンこ・こむぎこ・さとう・でんぶん あぶら	17	16	
	筑前煮	とりにく	ごぼう・にんじん・こんにゃく・たけのこ さやいんげん	さとう・あぶら	30	27	
	つくねのみそ汁	つくね・あぶらあげ・みそ	キャベツ・にんじん・えのきたけ・ねぶかねぎ		2.2	3.0	
25水	ごはん			こめ			
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう			605	744	
	豚キムチ	ぶたにく	たまねぎ・にんじん・キャベツ・しょうが はくさい・りんご・にんにく	さとう・あぶら	17	16	
	ネギ焼き	いか・たら	キャベツ・ながねぎ・しょうが	こむぎこ・さとう・でんぶん・あぶら	27	24	
	水ぎょうざのスープ	ぶたにく・とりにく	もやし・にんじん・たけのこ・キャベツ・ねぎ しょうが	こむぎこ・さとう・あぶら	2.6	2.9	
26木	山型食パン			パン			
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう			679	851	
	チキンパルミジャーナ	とりにく・チーズ	トマト・にんにく・あかピーマン・たまねぎ パセリ	パンこ・さとう・あぶら・オリーブゆ	16	16	
	パスタサラダ		きゅうり・にんじん・とうもろこし グリーンピース	マカロニ・オリーブゆ・ドレッシング ノンエッグマヨネーズ	38	35	
	さつまいものポタージュ	ぎゅうにゅう・なまクリーム	たまねぎ・パセリ	さつまいも・あぶら・ルウ	2.7	3.5	
27金	ごはん			こめ			
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう			612	797	
	【小学校】納豆（たれ付き）	だいず		さとう	17	17	
	【中学校】納豆（たれ、からし付き）	だいず		さとう・みずあめ	30	28	
	いろどり厚焼き玉子	たまご	にんじん・ほうれんそう・しいたけ	さとう・でんぶん・あぶら	2.4	2.7	
野菜の磯和え	のり	ほうれんそう・もやし・にんじん	さとう				
生姜入りあったか汁	ぶたにく・あぶらあげ・みそ	にんじん・だいこん・ねぶかねぎ・ごぼう しょうが	さといも・あぶら				
※上記の食品以外にも使用する場合があります。アレルギー食材の確認など詳細につきましては、西学校給食センターにお問い合わせください。 ※6日の「ゴテンバボークの豚汁」は、たくみの郷で作られた手作りみそを一部使用する予定です。 ※魚には骨があります。よく噛んで食べましょう。 ※太字の料理は、小学校6年生、中学校3年生に行ったアンケートにあった希望料理です。 ※1月までの実施回数 原里小・・・155回、玉穂小・・・154回、御殿場小・・・155回、印野小・・・154回、原里中・・・154回、西中・・・154回							
				基準量	エネルギー(kcal) たんぱく質(%) しほう(%) 食塩(g)	650 13～20 20～30 2.0	830 13～20 20～30 2.5