



## 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・でんぶん・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	20	2.4
3月	黒とう福豆	だいす		さとう・ごむぎこ・こくとう・あぶら		
	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・でんぶん・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
火	ほかほか豆乳スープ	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
	いよかん		いよかん			
	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
	ボロニアステーキ	とりにく・ぶたにく		さとう・でんぶん	17	18
水	ツナとマカロニのソテー	まぐろあぶらづけ	たまねぎ・あおビーマン・あかビーマン とうもろこし・にんにく	マカロニ・オリーブ油	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
	ピビンバ	ごはんとピビンバの具（お肉&お野菜）をまとめてたべてね！				
	・肉と玉子の炒め煮	ぶたにく・みそ・たまご	にんにく	こめ	566	705
	・野菜のナムル		もやし・こまつな・にんじん			
木	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう				
	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 ***						
金	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 ごむぎこ・でんぶん・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
	ゴテンバポークの豚汁	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
建国記念（けんこくきねん）の日						
火	ごはん			こめ		
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう			566	731
	さばのねぎみそかけ	さば・みそ	しょうが・はねぎ	さとう・でんぶん	13	18
	大根と豚肉の煮物	ぶたにく・さつまあげ・こんにゃく	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
水	【中学のみ】レアチーズケーキ					
	ごはん			こめ		
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう				
	11					
	12					
木	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
	ワインナーと野菜のソテー	ワインナー	さやいんげん・とうもろこし・にんじん	オリーブ油	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 グリンピース	じゃがいも・あぶら・ルウ	41	35
	ごはん				1.9	3.2
金	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう		こめ		
	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・でんぶん	602	746
	ひじきとハートこんにゃくの炒め煮	ひじき・だいす	こんにゃく・にんじん・さやいんげん	ごまあぶら・さとう	15	14
	和風ボトルフ	ワインナー	にんじん・しめじ・だいこん・はくさい		33	31
	チョコクレープ			チョコクレープ	2.5	3.1

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
16 月	ごはん			こめ		
	ポークカレー	カレーにチキンカツをのせて、カツカレーのようにして食べてみてね！	ぶたにく・だっしふんにゅう	たまねぎ・にんじん・グリンピース・りんご にんにく・しょうが	じゃがいも・ルウ・あぶら	676 15 31 2.7
	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう			816 15 31 3.7
	チキンカツ		とりにく		パンこ・こむぎこ・でんぶん・あぶら	
	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・とうもろこし	ドレッシング	
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 14 33 2.7
	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	722 14 31 3.1
	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	
	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	
18 水	ごてんばこめこの日					
	ごはん			こめ		
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう				624 16 29 1.9
	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		766 16 27 2.1
	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	オリーブ油		
19 木	富士山ゼリー				ふじさんゼリー	
	ごはん			こめ		
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう				617 16 29 1.6
	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 みすあめ・あぶら		771 15 26 2.0
	チンゲンサイとビーフンのソテー	ぶたにく		チンゲンサイ・にんじん・キャベツ・しょうが	ビーフン・ごまあぶら	
20 金	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		
	*** たべっピ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 15 40 2.7
	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		855 14 39 3.7
23 月	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		
	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		
	天皇誕生日（てんのうたんじょうび）					
	ごはん			こめ		
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう				572 16 30 2.2
24 火	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		833 16 27 3.0
	筑前煮	とりにく	ごぼう・にんじん・こんにゃく・だけのこ さやいんげん	さとう・あぶら		
	つくねのみぞ汁	つくね・あぶらあげ・みそ	キャベツ・にんじん・えのきだけ・ねぶかねぎ			
	ごはん			こめ		
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう				605 17 27 2.2
25 水	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		
	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		
	水ぎょうざのスープ	ぶたにく・とりにく	もやし・にんじん・だけのこ・キャベツ・ねぎ しょうが	こむぎこ・さとう・あぶら		
	山型食パン			パン		
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう				679 16 38 2.7
26 木	チキンパルミジャーナ	とりにく・チーズ	トマト・にんにく・あかビーマン・たまねぎ ハセリ	パンこ・さとう・あぶら・オリーブ油		
	パスタサラダ		きゅうり・にんじん・とうもろこし グリンピース	マカロニ・オリーブ油・ドレッシング ゾンエッグマヨネーズ		
	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		
	ごはん			こめ		
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう				797 17 30 2.4
27 金	【小学校】納豆（たれ付き）	だいす		さとう		
	【中学校】納豆（たれ、からし付き）	だいす		さとう・みすあめ		
	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		
	野菜の磯和え	のり	ほうれんそう・もやし・にんじん	さとう		
	生姜入りあつたか汁	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しくは、西学校給食センターにお問い合わせください。

※6日の「ゴテンバパークの豚汁」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(%)  
しぼう(%)  
食塩(g)

650  
13~20  
20~30  
2.0  
830  
13~20  
20~30  
2.5