

令和7年 2月 学校給食予定献立表

※材料の都合により、献立内容を変更する場合があります。ご了承ください。

葛城市学校給食センター

日付	献立名	からだの血や肉になるもの	からだの熱や力になるもの	体の調子をととのえるもの	中学校
3(月)	ごはん 牛乳 いわしのかぼすレモン煮 ひじきいり煮 にゅうめん 福豆	牛乳 いわし ひじき ちくわ とうふ とりにく うすあげ かまぼこ(おに) ふくめめ	米 あぶら こんにゃく さとう ふしめん	にんじん えだまめ たまねぎ えのきたけ はねぎ	845 32.7
4(火)	ごはん 牛乳 あおのりポテトビーンズ かんきつサラダ ハヤシライス	牛乳 だいず かえりちりめん あおのり むしささみ ぶたにく	米 フライドポテト でんぷん あぶら さとう ハヤシルウ ドレッシング(かんきつ)	キャベツ コーン たまねぎ にんじん エリンギ グリンピース トマト	858 28.4
5(水)	ごはん 牛乳 さばのみそ煮 こまつな あぶらあ に とんじる 小松菜と油揚げの煮びたし 豚汁	牛乳 さば うすあげ かつおぶし ぶたにく とうふ みそ	米 さとう あぶら	こまつな はくさい たまねぎ だいこん にんじん ごぼう しろねぎ	768 28.6
6(木)	ごはん 牛乳 鶏肉の塩こうじ焼き ブロッコリーとカリフラワースのサラダ はくさいのスープ いよかん ミルメークコーヒー	牛乳 とりにく にくだんご わかめ	米 ドレッシング(わふう) ごまあぶら ミルメークコーヒー	ブロッコリー カリフラワー はくさい たまねぎ にんじん しろねぎ いよかん	706 29.8
7(金)	背割りパン 牛乳 やきそば ごぼうとひじきのサラダ 米粉のコーンスープ	牛乳 ぶたにく あおのり シーチキン ひじき ベーコン とうにゅう	コッペパン やきそば あぶら さとう マヨネーズ こめこ	たまねぎ キャベツ にんじん きゅうり ごぼう コーン パセリ	783 30.1
10(月)	ごはん 牛乳 やまと 大和ポークのメンチカツ にんじんしりしり けんちん汁	牛乳 やまとポークのメンチカツ シーチキン とりにく	米 あぶら こんにゃく さとも	にんじん コーン ごぼう だいこん しめじ はねぎ	808 26.4
12(水)	オムライス(チキンライス・たまご) 牛乳 ほうれん草とソーセージのソテー ミネストローネ	牛乳 たまご ウインナー ベーコン	米 チキンライスのもと こめこマカロニ オリーブオイル	コーン ほうれんそう エリンギ にんにく たまねぎ にんじん キャベツ かぼちゃ トマト	787 23.6
13(木)	ごはん 牛乳 ちくわ いそべ キャベツの塩昆布和え さつまいものシンプルみそ汁	牛乳 ちくわ あおのり しおこんぶ とうふ みそ	米 あぶら てんぷらこ ごまあぶらさつまいも	キャベツ きゅうり たまねぎ にんじん しろねぎ	814 24.7
14(金)	こめこ 米粉パン 牛乳 てや 照り焼きハンバーグ イタリアンサラダ コンソメスープ バレンタインデザート	牛乳 ハンバーグ ウインナー かまぼこ(♥)	こめこパン さとう でんぷん ドレッシング(イタリアン) じゃがいも バレンタインデザート	ブロッコリー あかピーマン コーン たまねぎ にんじん ほうれんそう エリンギ	810 34.9
17(月)	わかめごはん 牛乳 ちぎり根菜揚げ きゅうりの酢の物 豚じゃが	牛乳 わかめごはんのもと ちぎりこんさいあげ くきわかめ ぶたにく	米 ごま さとう じゃがいも こんにゃく あぶら	きゅうり にんじん たまねぎ えだまめ	754 27.1
18(火)	ごはん 牛乳 さわらのみそだれ うめこんぶ和え にら玉スープ ミルメークココア	牛乳 さわら みそ しおこんぶ ベーコン たまご とうふ	米 さとう でんぷん さとも ごまあぶら ミルメークココア	キャベツ もやし うめ にら にんじん チンゲンサイ	766 31.6
19(水)	ごはん 牛乳 ぶたにくのかりん揚げ かんてん 寒天サラダ かす汁 はちみつ大豆	牛乳 ぶたにく とうふ こんにゃくかんてん ぶたにく みそ はちみつだいず	米 でんぷん あぶら さとう ごま ドレッシング(あおじそ)	しょうが きゅうり あかピーマン コーン だいこん たまねぎ にんじん しめじ しろねぎ	941 41.3
20(木)	ごはん 牛乳 わふう 和風つくね かたぬきチーズ ほうれん草としめじの和え物 いものこ汁	牛乳 わふうつくね とりにく とうふ チーズ	米 さとう でんぷん ごまあぶら さとも こんにゃく	ほうれんそう あじつきしめじ たまねぎ なめこ しろねぎ	767 28.3
21(金)	コッペパン 牛乳 にく 肉だんごの甘酢炒め ニョッキのクリーム煮 メープルジャム 元気ヨーグルト	牛乳 きなこ にくだんご とりにく とうにゅう ヨーグルト	げんりようパン あぶら さとう でんぷん こめこニョッキ こめこ メープルジャム	ピーマン たけのこ にんじん たまねぎ エリンギ ブロッコリー	802 35.1
25(火)	ごはん 牛乳 さけ 鮭のマヨネーズ焼き きんぴらごぼう さとものみそ汁 刻みのり	牛乳 さけ のり ひらてん とうふ みそ	米 マヨネーズ こんにゃく さとう あぶら ごま さとも	ごぼう にんじん たまねぎ しろねぎ えのきたけ	778 29.3
26(水)	ごはん 牛乳 やきいも 棒棒鶏 キーマカレー	牛乳 むしささみ ぶたにく だいず	米 さつまいも あぶら ごま さとう ごまあぶら じゃがいも カレールウ	キャベツ きゅうり にんじん しょうが たまねぎ りんご	948 31.2
27(木)	ごはん 牛乳 しょうろんぼう 小籠包 きりぼしだいこん 切干大根のチャプチェ トックスープ	牛乳 ショウロンボウ ぶたにく ベーコン とうふ わかめ	米 あぶら さとう ごまあぶら ごま トック	きりぼしだいこん にんにく しょうが にんじん しいたけ ピーマン たまねぎ チンゲンサイ	844 25.8
28(金)	げんりよう 減量コッペパン 牛乳 ポテトカップグラタン トマトスパゲッティ フルーツポンチ	牛乳 ベーコン	げんりようパン さとう ポテトカップグラタン スパゲッティ こめこだんご ダイスゼリー(りんご・いちご)	たまねぎ にんじん エリンギ しめじ トマト みかん もも パイン りんご	891 26.1



～今月の地場産物～ ※奈良県で生産・製造された食材を紹介します。献立表の中で太字にしています*

米・パン・ふしめん・こめこマカロニ・こめこだんご・こめこニョッキ・こんにゃく・カレールウ・さとも

やまとポークのメンチカツ・はちみつだいず・みそ(19日)・こまつな・だいこん・チンゲンサイ

しろねぎ・はねぎ・はくさい・ほうれんそう・あじつきしめじ・しめじ・なめこ・しおこうじ・ウスターソース

★栄養価の表示★

上の段:エネルギー-(kcal)

下の段:たんぱく質(g)

※ただし米を110gとする。

2月平均

815

29.7



「立春」の前日に行われる「節分」は、古代中国の行事が日本に伝わり、かたちを変えたものです。現在では春を迎える大切な節目の行事になっています。



鬼は外、福は内!

◎給食なしのお知らせ◎

6日(木)・10日(月)・18日(火)・20日(木)・21日(金)：新庄中3年、白鳳中3年

26日(水)・27日(木)：新庄中1・2年、白鳳中1・2年