



## 2月 給食献立表



令和7年

| 日  | 曜 | 主食               | 献立名                          | 午後のおやつ                                                                                | 赤色の食品<br>骨・筋肉・血をつくる | 黄色の食品<br>力と体温のもと | 緑色の食品<br>身体の調子を整える |
|----|---|------------------|------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------|---------------------|------------------|--------------------|
| 1  | 土 | 野菜タンメン           | 野菜タンメン・チキンサラダ                | お菓子                                                                                   | 鶏肉                  | 中華麺              | キャベツ・人参・もやし・きゅうり   |
| 3  | 月 | ごはん              | 豆腐とねぎの味噌汁・肉じゃが・お浸し           | チキンリング&ポテト                                                                            | 豚肉                  | じゃがいも            | ねぎ・人参・玉ねぎ・白菜       |
| 4  | 火 | ごはん              | 大根と麩の味噌汁・あんかけ卵焼き・磯和え         | メルティーフレーク                                                                             | 豚肉・鶏卵               | 油                | 大根・人参・キャベツ・ほうれん草   |
| 5  | 水 | ジャムパン            | コーンスープ・鶏肉のマスタード焼き・サラスパサラダ    | 焼きおにぎり                                                                                | 鶏肉                  | マヨネーズ            | 玉ねぎ・キャベツ・人参・きゅうり   |
| 6  | 木 | ごはん              | 豆腐となめこの味噌汁・シイラの塩麴焼き・和風サラダ    | バナナマフィン                                                                               | シイラ・豆腐              | ドレッシング           | ねぎ・キャベツ・人参・ほうれん草   |
| 7  | 金 | そばろ丼             | じゃがいもとわかめの味噌汁・具だくさんそばろ煮・土佐和え | ココアプリン                                                                                | 鶏肉                  | じゃがいも            | ねぎ・人参・玉ねぎ・キャベツ     |
| 8  | 土 | けんちんうどん          | けんちんうどん・さっぱり和え               | お菓子                                                                                   | 豚肉                  | うどん              | 人参・大根・キャベツ・小松菜     |
| 10 | 月 | カレーピラフ           | シチュー・ごまサラダ・チーズ               | 肉まん                                                                                   | 豚肉                  | ごま・じゃがいも         | 玉ねぎ・人参・ブロッコリー      |
| 12 | 水 | ごはん              | かきたま汁・鮭の塩焼き・納豆和え             | いちごサンド                                                                                | 鮭                   | ごま               | 玉ねぎ・ねぎ・ほうれん草・人参    |
| 13 | 木 | ごはん              | かぶとしめじの味噌汁・鶏肉の利休焼き・ゆかり和え     |  | 鶏肉                  | ごま               | かぶ・玉ねぎ・人参・ほうれん草    |
| 14 | 金 | キンパ風ごはん          | わかめスープ・ヤンニョムチキン              | ハートのパイ                                                                                | 鶏肉                  | ごま・油             | 人参・れんこん・ごぼう・キャベツ   |
| 15 | 土 | スープスパゲティー        | スープスパゲティー・フレンチサラダ            | お菓子                                                                                   | ベーコン                | スパゲティー           | 人参・きゅうり・キャベツ       |
| 17 | 月 | こぐまオリジナルミネラルふりかけ | 豚汁・ひじき煮・チーズ                  | ゼリー・せんべい                                                                              | 豚肉・豆腐               | じゃがいも            | 人参・さやいんげん・ねぎ・大根    |
| 18 | 火 | 焼き肉丼             | 中華スープ・豚肉のスタミナ焼き・ナムル          | 豆腐パン                                                                                  | 豚肉                  | ごま・ごま油           | 玉ねぎ・ねぎ・もやし・人参      |
| 19 | 水 | ジャムパン            | オニオンベーコンスープ・ミートローフ・マカロニサラダ   | 洋風磯辺焼き                                                                                | 豚肉                  | マヨネーズ            | 玉ねぎ・さやいんげん・きゅうり    |
| 20 | 木 | ごはん              | 玉ねぎとえのきの味噌汁・鱈のパン粉焼き・白和え      | フルーチェ                                                                                 | 鮭                   | 油                | ほうれん草・ねぎ・キャベツ・人参   |
| 21 | 金 | ごはん              | ほうれん草と油揚げの味噌汁・ツナ入り卵焼き・海藻サラダ  | おでんクッキー                                                                               | ツナ・鶏卵               | ごま・ドレッシング        | 玉ねぎ・人参・キャベツ・きゅうり   |
| 22 | 土 | なめこうどん           | なめこうどん・ツナ和え                  | お菓子                                                                                   | ツナ                  | うどん              | 人参・もやし・きゅうり・ねぎ     |
| 25 | 火 | 和風スパゲティー         | コンソメスープ・和風スパゲティー・ごまマヨネーズサラダ  | 誕生日おやつ                                                                                | ベーコン                | マヨネーズ・ごま         | ほうれん草・キャベツ・人参      |
| 26 | 水 | ごはん              | 小松菜と油揚げの味噌汁・鮭の照り焼き・塩昆布和え     | お菓子                                                                                   | 鮭                   | ごま・油             | 小松菜・キャベツ・きゅうり・人参   |
| 27 | 木 | チキンカレー           | チキンカレー・バンサンスー・フルーツヨーグルト      | マーブルケーキ                                                                               | 鶏肉・鶏卵               | じゃがいも            | セロリ・人参・玉ねぎ・もやし     |
| 28 | 金 | ごはん              | 豆腐とわかめの味噌汁・鶏肉のケチャップ焼き・ごま和え   | お麩ラスク                                                                                 | 鶏肉・豆腐               | ごま               | ねぎ・玉ねぎ・キャベツ・人参     |

※ 毎日デザートがつきます。給食内容を変更する場合があります。どうぞご了承ください。

♥2月13日(木)ばら、ひまわり、さくら組はクッキングです