

2月学校給食献立予定表

令和7年度

新宿区立落合第二中学校

日	主食	牛乳	おかず	赤の仲間 血や肉になる	黄の仲間 熱や力の元になる	緑の仲間 体の調子を整える	エネルギー たんぱく質 脂質 食塩相当量
2月	バターライスのチキンクリームソースかけ	牛乳	パリパリサラダ おからドーナツ	牛乳 鶏肉 粉チーズ 卵	バター 精白米 米粒麦 油 小麦粉 油 ワンタンの皮 さとう ごま油 強力粉 グラニュー糖	パセリ たまねぎ エリンギ(水煮) にんじん にんにく キャベツ もやし きゅうり	896 kcal 34.5 g
3火	麦ごはん	牛乳	大豆ふりかけ いわしハンバーグ みそ汁	牛乳 大豆 かつおけずり節 ちりめんじゃこ 豚肉 いわし身 豆腐 みそ	精白米 米粒麦 油 さとう マヨネーズ(卵不使用) パン粉 油 バター じゃがいも	たまねぎ えのきたけ ぶなしめじ エリンギ(水煮) にんじん だいこん 長ねぎ	804 kcal 36.4 g
4水	コーンバターみそラーメン	牛乳	肉まん ネーブルオレンジ	牛乳 豚肉 みそ	冷凍ラーメン 油 ごま油 バ ター 小麦粉 さとう ラード	にんにく しょうが にんじん もやし キャベツ ホールコーン 長ねぎ にら 干しいたけ たけのこ(水煮) オレン ジ	798 kcal 35.9 g
5木	さつますもじ	牛乳	豚の角煮 みそ汁	牛乳 油揚げ さつま揚げ 卵 豚肉 みそ	精白米 さとう 油 黒砂糖 さつまいも	切干し大根 干しいたけ にんじん ごぼう さやいんげん しょうが だいこん こまつな たまねぎ 長ねぎ	833 kcal 34.6 g
6金	スパゲティボンゴレロツン	牛乳	オリーブオイルのサラダ パンナコッタリモーネ	牛乳 ベーコン 豚肉 あさりむきみ(冷凍) 粉チーズ 寒天 生クリーム	スペゲッティ 油 バター じゃがいも オリーブ油 さとう 片栗粉	にんにく セロリ にんじん たまねぎ エリンギ(水煮) トマト缶 キャベツ きゅうり パセリ レモン(果汁)	780 kcal 31.1 g
9月	麦ごはん *熊本県郷土料理*	牛乳	高菜ふりかけ 太平燕(タイピーエン) いきなり団子	牛乳 ちりめんじゃこ かつおけずり節 豚肉 かまぼこ あずき	精白米 米粒麦 ごま油 油 さとう はるさめ 片栗粉 白玉粉 小麦粉 さつまいも	たかな漬 こまつな しょうが にんにく にんじん 干しいたけ はくさい チンゲンサイ 長ねぎ	799 kcal 26.1 g
10火	ごはん *器から学ぶ日本の食文(1年)*	牛乳	たくあんの炒り煮 鮭の柚子みそ焼き 五目きんぴら すまし汁	牛乳 かつおけずり節 さけ みそ 竹輪 豆腐	精白米 ごま油 さとう 油 こんにゃく 片栗粉 あられ麩	たくあん漬 しょうが ゆず(果汁) ごぼう にんじん えのきたけ たまねぎ こまつな	730 kcal 36.7 g
12木	アーモンドトースト	牛乳	ポークビーンズ 花野菜サラダ	牛乳 豚肉 大豆 ツナ缶	食パン バター さとう アーモンド粉 油 じゃがいも	にんにく セロリ にんじん たまねぎ エリンギ(水煮) もやし だいこん カリフラワー ブロッコリー	734 kcal 31.7 g
13金	ツナピラフ	牛乳	ミネストローネ チョコレートカップケーキ	牛乳 ツナ缶 豚肉 大豆 生クリーム	精白米 バター 油 じゃがいも マカロニ 小麦粉 さとう ホワイトチョコレート	にんにく にんじん たまねぎ エリンギ(水煮) セロリ キャベツ トマト缶	887 kcal 27.8 g
16月	きんぴらごはん	牛乳	大豆入りミートコロッケ せんキャベツ みそ汁	牛乳 豚肉 スキムミルク 大豆 油揚げ みそ	精白米 米粒麦 油 さとう ポテトフレーク じゃがいも 小麦粉 パン粉	ごぼう にんじん たまねぎ 赤パプリカ キャベツ もやし こまつな	896 kcal 33.8 g
17火	手作りコーンパン	牛乳	ポトフ マカロニサラダ	牛乳 スキムミルク ベーコン 豚肉 フランクフルト 大豆	強力粉 小麦粉 さとう バター 油 じゃがいも マカロニ マヨネーズ(卵不使用)	ホールコーン にんじん にんにく たまねぎ キャベツ きゅうり	743 kcal 27.4 g
18水	中華丼	牛乳	五目厚焼き玉子 バンサンスー	牛乳 豚肉 鶏肉 卵 ポンレスハム	精白米 米粒麦 油 片栗粉 ごま油 さとう はるさめ	にんにく しょうが 長ねぎ たまねぎ 干しいたけ にんじん はくさい チンゲンサイ きゅうり キャベツ	861 kcal 36.1 g
19木	みぞれあんかけうどん	牛乳	カリカリ豆 つぶつぶみかんの牛乳寒天	牛乳 鶏肉 油揚げ 大豆 寒天	うどん 片栗粉 油 さとう	だいこん こまつな 長ねぎ みかん缶	734 kcal 32.3 g
20金	麦ごはん	牛乳	家常豆腐 粟米湯(スミータン) みかん	牛乳 豚肉 生揚げ みそ ハ丁みそ 卵	精白米 米粒麦 油 さとう 片栗粉 ごま油	にんにく しょうが にんにくの芽 干しいたけ キャベツ 赤パプリカ 長ねぎ にら たまねぎ ホールコーン こまつな みかん	782 kcal 31.5 g
24火	豚キムチ丼	牛乳	ナムル グレープゼリー	牛乳 豚肉 みそ 寒天	米粒麦 精白米 油 さとう ねりごま 片栗粉 ごま油	にんにく しょうが たまねぎ キャベツ 白菜キムチ にら 長ねぎ にんじん きゅうり もやし ぶどうジュース	733 kcal 25.7 g
25水	さつまいもごはん	牛乳	ししゃもの南蛮漬け *先生リクエスト* 豚汁	牛乳 ししゃも 豚肉 油揚げ 生揚げ みそ	精白米 米粒麦 さつまいも 白ごま 油 小麦粉 片栗粉 さとう ごま油 油 こんにゃく	長ねぎ 赤パプリカ ごぼう にんじん だいこん	854 kcal 34.0 g
26木	チョコクリームパン	牛乳	マカロニグラタン コンソメスープ	牛乳 ベーコン 鶏肉 スキムミルク 生クリーム 粉チーズ 豚肉	ミルクパン コーンスター油 チョコレート さとう バター マカロニ 小麦粉 パン粉 じゃがいも	たまねぎ ぶなしめじ にんじん セロリ キャベツ 乾燥パセリ	764 kcal 34.3 g
27金	カレーライス	牛乳	ねぎ塩サラダ りんご	牛乳 豚肉 あさりむきみ(冷凍) レンズまめ	精白米 米粒麦 油 じゃがいも バター 小麦粉 さとう ごま油	にんにく しょうが たまねぎ セロリ にんじん トマト缶 キャベツ きゅうり こまつな 長ねぎ りんご	847 kcal 28.7 g

今月の給食目標

正しい食事マナーを身につけよう

2月分 一日あたりの平均

804 kcal
32.1 g

1人1回あたりの学校給食摂取基準

760Kcal以上
27.0~41.5g

- ◎ ①都合により、献立・食材の変更、給食回数が少なくなることがあります。
 ◎ こまつな、長ねぎは東京都産使用予定です。(地産池消)