

2月 給食献立表

2025年度

滝川市教育委員会 学校運営課 2グループ (滝川第一・滝川第三小学校/明苑・江陵中学校)

日(曜)	献立	赤の食品 主に体を作る たんぱく質、無機質を多く含む	緑の食品 主に体の調子を整える カロテン、ビタミンCを多く含む	黄の食品 主に力や熱のもとになる 炭水化物、脂肪を多く含む	調味料
2(月)	ごはん			米 強化米	
	ポテトトマトソース煮	ベーコン 大豆 粉チーズ	たまねぎ ピーマン にんじん マッシュルーム にんにく トマトジュース トマトピューレ	いももち キャノーラ油 三温糖 発酵バター	ケチャップ ウスターソース 野菜ブイヨン 食塩 こしょう 赤ワイン
	わかどり 若鶏のピカタ	若鶏のピカタ			
3(火)	ほうれん草とコーンのソテー	ポークウィンナー	ホールコーン ほうれん草 たまねぎ	キャノーラ油	野菜ブイヨン 食塩 こしょう
	炊き込みいなり	鶏肉 油揚げ	しいたけ にんじん	米 強化米 キャノーラ油 三温糖	穀物酢 醤油 料理酒 みりん
	手巻きのり	手巻用焼きのり			
	しらたま 白玉のすまし汁	豚肉	にんじん ごぼう ねぎ	白玉もち	食塩 醤油 料理酒 みりん 昆布だし かつおだし
4(水)	もやしのおかか炒め	ツナ水煮 かつお節	もやし ほうれん草	キャノーラ油	みりん 醤油
	黒糖大豆	黒糖大豆			
	黒砂糖パン			黒砂糖パン	
	ホワイトシチュー	鶏肉 牛乳 生クリーム 粉チーズ	たまねぎ にんじん	じゃがいも キャノーラ油 発酵バター 小麦粉	白ワイン 食塩 こしょう 野菜ブイヨン とりがらスープ
5(木)	ポイルウィンナー	ポークウィンナー			
	ブロッコリーとコーンのサラダ		ブロッコリー ホールコーン		野菜いっぱいドレッシング
	ごはん			米 強化米	
6(金)	みそけんちん汁	豚肉 豆腐 油揚げ	にんじん ごぼう だいこん ねぎ		料理酒 みそ 煮干しだし
	ほっけの和風フライ	真ほっけフライ		キャノーラ油	
	人参の炒めもの	鶏肉	にんじん たまねぎ	三温糖 キャノーラ油	醤油 オイスターソース
9(月)	カレーそぼろ丼	鶏肉 大豆ミート 大豆	にんじん たまねぎ 枝豆 しいたけ	米 強化米 三温糖 キャノーラ油	料理酒 野菜ブイヨン 食塩 カレールウ カレー粉 中濃ソース 醤油
	じゃがいもとわかめのみそ汁	わかめ 油揚げ	えのきたけ ねぎ	じゃがいも	みそ 煮干しだし
	アーモンドフィッシュ	アーモンドフィッシュ			
10(火)	ごはん			米 強化米	
	きくらげの中華風スープ	ベーコン 豆腐	だいこん えのきたけ きくらげ	ごま油	とりがらスープ 醤油 中華スープの素 食塩 こしょう
	ざんぎ(2個)	鶏肉 卵	生姜 にんにく	でん粉 キャノーラ油	料理酒 食塩 醤油 みりん
12(木)	野菜のキムチ炒め	豚肉	にんじん もやし たまねぎ ピーマン	でん粉 キャノーラ油	キムチの素 醤油 料理酒 みりん
	ひじきごはん	ひじき 鶏ささみ 油揚げ	にんじん ごぼう	米 強化米 キャノーラ油 三温糖	醤油 料理酒 みりん 食塩
	かぼちゃ団子汁	豆腐	だいこん ごぼう にんじん ねぎ	かぼちゃもち	みそ 煮干しだし
13(金)	五目厚焼き卵	五目厚焼き卵			
	しらたきのつるつる炒め	ハム	しらたき にんじん もやし 小松菜 ホールコーン	キャノーラ油 三温糖	料理酒 オイスターソース 食塩 醤油
	ポークカレー	豚肉 脱脂粉乳	たまねぎ にんじん ブーンピューレ にんにく 生姜	米 大麦 強化米 じゃがいも 発酵バター	カレールウ ウスターソース ケチャップ
バレンタイン 献立	三色あえ		もやし きゅうり にんじん	ごま 三温糖 ごま油	醤油 穀物酢 食塩
	チョコプリン			チョコプリン	
16(月)	ごはん			米 強化米	
	アルファベットスープ	ベーコン	にんじん キャベツ ブロッコリー 枝豆	アルファベットマカロニ	とりがらスープ 野菜ブイヨン 醤油 食塩 こしょう
	やわらかチキンカツ	チキンカツ		キャノーラ油	
	ポテトのミックスソテー	ポークウィンナー	にんじん ホールコーン 枝豆	じゃがいも キャノーラ油 発酵バター	食塩 こしょう

## 2月 給食献立表

2025年度

滝川市教育委員会 学校運営課 2グループ (滝川第一・滝川第三小学校/明苑・江陵中学校)

日(曜)	献立	赤の食品 主に体を作る <small>たんぱく質、無機質を多く含む</small>	緑の食品 主に体の調子を整える <small>カロテン、ビタミンCを多く含む</small>	黄の食品 主に力や熱のもとになる <small>炭水化物、脂肪を多く含む</small>	調味料
17(火)	ごはん			米 強化米	
	たまねぎのみそ汁 <sup>しる</sup>	油揚げ 豆腐	たまねぎ ぶなしめじ ねぎ		みそ 煮干しだし
	豚肉とさつまいものかりん揚げ <sup>ふたにく</sup>	豚肉	生姜	でん粉 キャノーラ油 さつまいも 三温糖 ごま	料理酒 醤油
	千切り野菜のにんにく炒め <sup>せんぎ やさい</sup>	ベーコン	もやし にんじん ピーマン にんにく	キャノーラ油	醤油 食塩 こしょう 中華スープの素
18(水)	しょうゆラーメン	豚肉	もやし キャベツ たまねぎ ホールコーン ねぎ にんじん メンマ 生姜 にんにく	ラーメン キャノーラ油 キャノーラ油 ごま油	醤油ラーメンベース 食塩 こしょう 豚骨 とりがら 昆布だし 煮干しだし
	フルーツパフェ	ホイップクリーム	黄桃缶 パイン	マスカットゼリー	
	さつまいもチップス			紫いもチップス	
19(木)	キムチチャーハン	豚肉	たまねぎ にんじん マイルドキムチ にんにく	米 強化米	醤油 キムチの素 中華スープの素 食塩 こしょう
	サムゲタン風スープ <sup>ふう</sup>	鶏肉	だいこん ぶなしめじ ねぎ 生姜 にんにく	もち麦 でん粉	料理酒 とりがら 中華スープの素 食塩 こしょう
	野菜チャブチェ <sup>やさい</sup>	ハム	しいたけ にら にんじん もやし 生姜 にんにく	春雨 ごま油 三温糖	醤油 料理酒 食塩 こしょう
	焼きプリンタルト <sup>き</sup>	焼きプリンタルト			
20(金) おでんの日 献立	ごはん			米 強化米	
	おでん	うすらの卵 がんもどき 焼きちくわ	だいこん ねじりこんにゃく にんじん	三温糖	醤油 みりん かつおだし 昆布だし
	さんまのしょうが煮 <sup>に</sup>	さんまのしょうが煮			
24(火)	パセリごはん		パセリ	米 強化米	食塩
	コーンミルクスープ	ベーコン 牛乳 粉チーズ 生クリーム	たまねぎ にんじん クリームコーン缶	発酵バター	野菜ブイヨン 食塩 こしょう
	ケチャップハンバーグ	国産ケチャップ ハンバーグ			
	スパゲティソテー		たまねぎ にんじん ピーマン にんにく	スパゲッティー キャノーラ油	野菜ブイヨン 食塩 こしょう
25(水)	ごはん			米 強化米	
	すき焼き風煮 <sup>ふう</sup>	豚肉 豆腐 小町麩	しらたき たもぎ苜水煮 たまねぎ にんじん	キャノーラ油 三温糖	醤油 料理酒 みりん
	かぼちゃ天ぷら <sup>てん</sup>		かぼちゃ天ぷら	キャノーラ油	
26(木)	ごはん			米 強化米	
	マーボー豆腐 <sup>どうふ</sup>	豆腐 豚肉	にんじん たまねぎ ねぎ 生姜 にんにく	キャノーラ油 三温糖 でん粉	料理酒 醤油 赤みそ テンメンジャン トウバンジャン
	シューマイ(中学2個) <sup>ちゅうがく</sup>	シューマイ			
	もやしとピーマンの炒めもの <sup>いた</sup>	ハム	もやし ピーマン	キャノーラ油	野菜ブイヨン 食塩 こしょう
27(金)	ハヤシライス	豚肉	たまねぎ にんじん マッシュルーム ブルーンピューレ 生姜 にんにく トマトピューレ	米 大麦 強化米 じゃがいも キャノーラ油 三温糖	赤ワイン 食塩 こしょう ハヤシルウ サルサボモドーロ エスパニョール ウスターソース 野菜ブイヨン
	コールスローサラダ		キャベツ にんじん ホールコーン	エッグケアマヨネーズ	コールスロートレッシング 食塩 こしょう
	ヨーグルト	ヨーグルト			

2月の平均栄養量(小学校) 640Kcal たんぱく質 24.3g 脂質 21.7g 食塩 2.6g

2月の平均栄養量(中学校) 779Kcal たんぱく質 28.9g 脂質 25.0g 食塩 3.3g

○牛乳は毎日つきます。 ○はしと給食シートは忘れずに持ってきましょう。  
○物資の都合等により、献立を変更する場合がありますのでご了承ください。

パンは同じ工場、卵、乳、小麦、大豆、くるみ、りんご、豚肉、米、ごま、魚介類、いちご、アーモンド、はちみつを含む製品を作っています。

うどん・ラーメンは同じ工場、そば粉・卵を含む製品を作っています。

ぎょうざ・シューマイは同じ工場、卵、乳、小麦、そば、大豆、いか、えび、かに、鮭、牛肉、豚肉、鶏肉、ゼラチン、やまいも、米、ごま、魚介類、マンゴー、カシューナッツ、はちみつを含む製品を作っています。