

令和7年度		2月分 中学校給食予定献立表				鴻巣市立中学校給食センター	
日 曜	献 立 名	食 材 名				エネルギー (kcal)	
		血や肉になるもの（赤）	熱や力になるもの（黄）	体の調子を整えるもの（緑）	調 味 料	たんぱく質 (g)	
2月	飲むヨーグルト	飲むヨーグルト					887
	ツイストパン		ツイストパン				
	チーズオムレツ	チーズオムレツ					
	ベンネのトマトピーンズソース	豚肉 大豆 チーズ	油 マカロニ	にんじん 玉ねぎ マッシュルーム トマトピューレ	ケチャップ トマトソース オレガノ ウスターーソース 塩 こしょう	34.2	
	ジュリエンヌスープ	ベーコン	じゃがいも	にんじん 玉ねぎ キャベツ バセリ	コンソメ 塩 こしょう	15%	
3火 行事食 部分	牛乳	牛乳					819
	ごはん		米				
	いわしの蒲焼き	いわしでん粉付	油 三温糖		しょうゆ みりん		
	肉じゃが	豚肉	油 じゃがいも 三温糖	にんじん 玉ねぎ こんにゃく だけのこ 枝豆	和風だし しょうゆ みりん	34.0	
	かき卵汁	鶏卵	油 でん粉	にんじん 玉ねぎ にら	和風だし 酒 しょうゆ 塩	17%	
4水	福豆	福豆					
	牛乳	牛乳					856
	ごはん		米				
	ハンバーグの玉ねぎソース	ハンバーグ	でん粉 三温糖	しょうが 玉ねぎ	酒 みりん しょうゆ		
	切干大根の炒め煮	鶏肉 焼き竹輪 油揚げ	油 三温糖	こんにゃく 干しいたけ にんじん 切干したいこん さやいんげん	和風だし みりん しょうゆ	36.6	
5木	吳汁	鶏肉 大豆 豆腐 みそ	さといも	にんじん だいこん ごぼう 長ねぎ	和風だし		
	ほんかん			ほんかん		17%	
	牛乳	牛乳					780
	はちみつパン		はちみつパン				
	あじのトマトソース焼き	あじ		玉ねぎ ピーマン	塩 こしょう オレガノ ケチャップ		
6金 リクエス ト給食 川重中	プロッコリーサラダ		油 三温糖	プロッコリー コーン	酢 しょうゆ 塩	38.5	
	ねぎのクリームシチュー	鶏肉 牛乳 脱脂粉乳	油 じゃがいも 小麦粉 バター	長ねぎ にんじん 玉ねぎ マッシュルーム	洋風だし 塩 こしょう	20%	
	牛乳	牛乳					
	ごはん		米				767
	鶏肉とじゃがいもの甘辛煮	鶏肉	じゃがいも 油 三温糖	枝豆	酒 みりん しょうゆ		
9月 リクエス ト給食 瀬葉中	白菜のサラダ		油 三温糖	はくさい コーン きゅうり	酢 塩 こしょう	28.8	
	白玉入りけんちん汁	鶏肉 豆腐	油 さといも 白玉もち	にんじん ごぼう だいこん こんにゃく 長ねぎ	和風だし しょうゆ 塩	15%	
	りんご			りんご			
	牛乳	牛乳					
	わかめごはん	わかめご飯の素	米				806
10火	鶏肉の唐揚げ	鶏肉	でん粉 油	しょうが	しょうゆ 酒		
	れんこんのごま和え		油 ごま 三温糖	れんこん ほうれん草 もやし	しょうゆ	33.7	
	豚汁	豚肉 豆腐 みそ	油 じゃがいも	にんじん ごぼう こんにゃく 長ねぎ	和風だし	17%	
	クリームソーダゼリー		クリームソーダゼリー				
	牛乳	牛乳					798
12木	地粉うどん		地粉うどん				
	なめこおろしうどん汁	鶏肉	油	にんじん だいこん なめこ 小松菜 長ねぎ	和風だし みりん しょうゆ		
	ねぎと豚肉のピリ辛炒め	豚肉 厚揚げ	油 三温糖 ごま	しょうが にんじん 干しいたけ 長ねぎ	酒 みりん しょうゆ 豆板醤		
	じゃが天		じゃがいも 小麦粉 油		塩		
	味付小魚	味付小魚					
13金	牛乳	牛乳					
	黒パン		黒パン				773
	たらのあおさフライ	たらのあおさフライ	油				
	コールスローサラダ		油 三温糖	キャベツ コーン にんじん	酢 塩 こしょう	27.2	
	ミネストローネ	ウィンナー	油 じゃがいも マカロニ	にんじん 玉ねぎ トマト トマトピューレ	コンソメ 洋風だし オレガノ 塩 こしょう	14%	
16月	牛乳	牛乳					
	ごはん		米				829
	野菜の中華丼の具	豚肉 うずら卵	油 三温糖 でん粉	にんじん 玉ねぎ 干しいたけ だけのこ はくさい 小松菜	中華だし しょうゆ 塩 ケチャップ	29.9	
	もやしのナムル		三温糖 ごま油 ごま	もやし ほうれん草 にんにく	しょうゆ 酢		
	チョコケーキ	鶏卵 脱脂粉乳 牛乳	小麦粉 チョコレート バター グラニュー糖 粉糖		ベーキングパウダー	14%	
	フレーンショア	フレーンショア					
	コッペパン		コッペパン				796
	フランクフルト	フランクフルト			ケチャップ		
	マカロニのヒリヒリ和え	鶏肉 チーズ 牛乳	油 マカロニ	にんじん 玉ねぎ マッシュルーム	ホワイトルウ カンシャオシャーレ 塩 こしょう	31.4	
	コンソメスープ	ベーコン	じゃがいも	にんじん 玉ねぎ キャベツ バセリ	コンソメ 塩 こしょう	16%	

日 曜	献 立 名	食 材 名				エネルギー (kcal)
		血や肉になるもの(赤)	熱や力になるもの(黄)	体の調子を整えるもの(緑)	調味料	たんぱく質 (g)
17 火	牛乳	牛乳				756
	ごはん		米			
	白身魚と大豆の炒め物	白身魚でんぶん付き 大豆	油 ジャガイモ 砂糖	ピーマン 黄バブリカ	しょうゆ 豆板醤 ケチャップ	30.8
	小松菜の中華和え		三温糖 ごま油 ごま	小松菜 キャベツ にんにく	しょうゆ 酢	
	クイッティオのスープ	ハム かまぼこ	油 米粉めん	干しいたけ たけのこ もやし はくさい 長ねぎ	中華だし しょうゆ 塩 こしょう	16%
18 水	チーズ	チーズ				
	牛乳	牛乳				758
	のり		米 砂糖		酢 塩	34.7
	手巻き寿司	いか萬葉揚げ	油			
	だし巻き卵					
	納豆					
19 木 <small>食育の日</small>	たくあん漬け		ごま	さゅうり キャベツ もやし たくあん漬		18%
	相性汁	ベーコン 豆腐 みそ 牛乳	油 ジャガイモ	にんじん 玉ねぎ 小松菜	和風だし	
	牛乳	牛乳				810
	きなこ揚げパン	きな粉	コッペパン 油 砂糖		塩	
20 金	肉団子と白菜のあんかけ煮	肉団子	砂糖 でん粉	はくさい	しょうゆ 塩 和風だし	28.2
	和風ポトフ	ワインナー うずら卵 こんぶ	じゃがいも	にんじん 玉ねぎ ごぼう れんこん かぶ	コンソメ 酒 みりん しょうゆ 白だし	
	はちみつレモンゼリー		はちみつレモンゼリー			14%
	ほうじ茶			ほうじ茶		811
21 土	ごはん		米			
	鴻巣乳抜きカレー	豚肉	油 ジャガイモ 小麦粉	しょうが にんにく にんじん 玉ねぎ	洋風だし こしょう ケチャップ 中濃ソース しょうゆ カレー粉 塩	25.8
	カリカリじゃこの大根サラダ	ちりめんじゃこ	三温糖 油	だいこん にんじん きゅうり にんにく	酢 しょうゆ 塩 とうがらし	13%
	ココアケーキ	豆乳	小麦粉 砂糖 油		ベーキングパウダー ココア	
	牛乳	牛乳				814
22 火 <small>リクエスト給食 鴻巣西中</small>	中華めん		中華めん			
	コーン味噌ラーメン汁	豚肉 みそ	油	にんじん もやし しょうが にんにく コーン 長ねぎ にら	中華だし 洋風だし 塩 こしょう	33.9
	揚げ餃子	餃子	油			
	小エビのサラダ	えび	マヨネーズ 三温糖 油	キャベツ きゅうり トマト レモン にんにく	ケチャップ 塩 こしょう バブリカ粉	
	シューアイス		シューアイス			17%
	牛乳	牛乳				
23 水 <small>郷土料理 高知県</small>	ごはん		米			752
	かつおの竜田揚げ	かつおの竜田揚げ	油			31.4
	青菜の卵とじ	スクランブルエッグ	油	にんじん ほうれん草	和風だし しょうゆ みりん	
	ぐる煮	厚揚げ	さといも 三温糖 油	にんじん ごぼう だいこん こんにゃく 長ねぎ	和風だし しょうゆ 酒 塩	
	いよかんゼリー		いよかんゼリー			17%
24 木	牛乳	牛乳				837
	ごはん		米			
	ししゃも磯辺フライ	ししゃも磯辺フライ	油		中濃ソース	33.0
	大豆の磯煮	鶏肉 大豆 干ひじき 油揚げ	油 三温糖	にんじん こんにゃく	和風だし みりん しょうゆ	
	小松菜の味噌汁	豆腐 みそ		だいこん 小松菜 長ねぎ	和風だし	16%
25 木	しらぬい			しらぬい		
	牛乳	牛乳				845
	ごはん		米			
	ししゃも磯辺フライ	ししゃも磯辺フライ	油			29.0
	大豆の磯煮	鶏肉 大豆 干ひじき 油揚げ	油 三温糖	にんじん こんにゃく	和風だし みりん しょうゆ	
26 木	小松菜の味噌汁	豆腐 みそ		だいこん 小松菜 長ねぎ	和風だし	
	しらぬい			しらぬい		
	牛乳	牛乳				845
	コーンピラフのホワイトソースかけ	ワインナー	米 油	にんじん 玉ねぎ トマトピューレ コーン サヤインゲン	洋風だし しょうゆ 塩 こしょう ケチャップ	29.0
	フランソティー		油	玉ねぎ マッシュルーム	洋風だし 塩 こしょう	
27 金	黒みつきなこ団子	きな粉	白玉団子 黒砂糖 水あめ		コンソメ しょうゆ 塩 こしょう	14%
	給食回数	18回	学校給食摂取基準	エネルギー 830 kcal	805 kcal	
			たんぱく質 摂取エネルギー全体の13~20%		31.8g (15.8%)	

*都合により献立は変更になることがあります。アレルギー食品は表示していません。加工食品等で使用されている場合がありますのでご注意ください。

~日本全国郷土食めぐり~



ユネスコ世界無形文化遺産として登録された和食をみなさんがより親しめるように旬の食材を利用した郷土食を実施します。2月は「高知県」です。北には四国山地、南には黒潮流れる太平洋を望み、東西に長く84%は森林の高知県。川魚のとれる清流は海に注ぎ、黒潮の土佐湾は日本有数の漁場で、回遊魚は季節とともに訪れ、地付きの魚も多くいわし類の産卵場でもあります。高温多雨の気候で山菜も野菜もよく育ちます。こうした自然が多彩な食材を生み食文化を育んできました。高知に伝わる皿鉢料理は開放的な宴席マナーと、温かいお客様を定着させました。ぐるとは、一緒や、集まり・仲間といった土佐の方言です。「ぐる煮」は、色々な材料をたくさん集めて煮込む料理なのでこの名前がつけられました。「おぐると」呼ばれている地域もあります。もともとは仏様のお供え物として「南無阿弥陀仏」の6文字にちなんで6種類の材料で、作っていました。昔は「だし」にも生ぐさいものを使用ませんでしたが、いつの間にか材料が増え「ぐる煮」となりました。