

2月分予定献立表(Aコース)

(給食回数18回)



令和7年度

久喜市教育委員会
久喜市立学校給食センター

日付 (曜日)	献立			血・肉・骨となるもの(あか)		体の調子を整えるもの(みどり)		熱や力となるもの(きいろ)		熱量(Kcal) たんぱく質(g)	
	主食	飲物	おかず	1群	2群	3群	4群	5群	6群	小学生	中学生
2日 (月)	ごはん 行事食 (節分)	牛乳	いわしの竜田揚げしょうゆだれがけ 五目豆 けんちん汁	いわし ぶた肉、大豆	牛乳 昆布		生姜 れんこん	ごはん、さとう、 でん粉 さとう	油 ごま油、油	617	803
3日 (火)	メロンパン リクエスト 献立	牛乳	野菜のグラタン ブロッコリーのサラダ 米粉のクラムチャウダー みかんゼリー	豆乳、おから かまぼこ とり肉、あさり	牛乳 牛乳、 スキムミルク	にんじん ほうれん草 ブロッコリー、 小松菜 にんじん	玉ねぎ、とうもろこし きゅうり 玉ねぎ、枝豆	メロンパン、米粉、 じゃがいも、さとう さとう じゃがいも、米粉 ゼリー	油 油 油	25.4	31.2
4日 (水)	中華めん	牛乳	肉まん 大根の和え物 ごまみそラーメン 小魚	ぶた肉 ぶた肉、みそ	牛乳	玉ねぎ、たけのこ、しいたけ、 生姜 ほうれん草、 にんじん にんじん	中華めん、小麦粉、 さとう、パン粉、でん粉 大根 キャベツ、長ねぎ、 とうもろこし、生姜、にんにく	ごま油 さとう 油、ごま油、ごま	油	643	806
5日 (木)	ごはん リクエスト 献立	牛乳	とりにくのから揚げ れんこんのきんぴら キムチ鍋	とりにく さつま揚げ ぶた肉、豆腐、 みそ	牛乳	にんにく、生姜 れんこん にら	ごはん、でん粉 さとう、パン粉、小麦粉 さとう	油 ごま油、ごま ごま油		698	900
6日 (金)	ごはん	牛乳	海鮮お好みフライ(ソース) 切干大根のソース炒め 根菜のみそ汁	スケソウダラ、 たこ ぶた肉、ちくわ、 かつお節 とりにく、生揚げ、 みそ	牛乳、あおさ粉	キャベツ、生姜 にんじん にんじん	ごはん、でん粉、 さとう、パン粉、小麦粉 さとう でん粉、パン粉、 さとう	油 油		636	816
9日 (月)	ごはん おはなし給食 (歯ごはん)	牛乳	さばの塩焼き ほうれん草のごま和え かつおとこんぶが香るほこほこ にゅうめん のりふりかけ	さば とりにく、 かまぼこ かつお節	牛乳	ほうれん草、 にんじん にんじん 抹茶	ごはん さとう そうめん でん粉、さとう	油 ごま 油		587	761
10日 (火)	こどもパン	牛乳	ぶりタツタ ブロッコリーのガーリックソテー かぼちゃの豆乳シチュー	ぶり ベーコン とりにく、豆乳	牛乳	生姜 にんじん、 ブロッコリー にんじん、かぼちゃ	こどもパン、でん粉 油 米粉	油		670	841
12日 (木)	ごはん	牛乳	ポテトコロッケ甘辛ソースがけ もやしのおかか和え 野菜たっぷりすきやき風煮	ぶた肉 ちくわ、かつお節 ぶた肉、豆腐	牛乳	玉ねぎ 小松菜、にんじん 玉ねぎ	ごはん、じゃがいも、 さとう、パン粉、小麦粉、 でん粉 さとう さとう	油 油		646	866
13日 (金)	ソフトめん	牛乳	キャラメルポテト ツナサラダ(和風ドレッシング) ポロネーゼ		牛乳 まぐろ ぶた肉	生姜 小松菜、にんじん にんじん、トマト	ソフトめん、 さつまいも、さとう ドレッシング さとう	油、バター 油		705	895
16日 (月)	ごはん	牛乳	さわらのカレーマヨ焼き そぼろごはんの具 具だくさんみそ汁	さわら ぶた肉、 大豆ミート とりにく、豆腐、 みそ	牛乳	パセリ にんじん、小松菜 にんじん	ごはん さとう 白菜、ごぼう、大根、長ねぎ	ノンエッグマヨネーズ 油		624	776
17日 (火)	はちみつパン 受験生応援 献立	牛乳	米粉のチキンカツ(ソース) キャベツのサラダ (イタリアンドレッシング) ウィンナー入りトマトスープ いよかん	とりにく とりにく、生揚げ、 みそ ぶた肉、なると	牛乳	にんじん、 ほうれん草 にんじん、トマト いよかん	はちみつパン、米粉、 米粉パン粉 キャベツ 大根、玉ねぎ、にんにく じゃがいも	油 ドレッシング オリーブオイル		719	889
18日 (水)	中華めん	牛乳	にらまんじゅう 厚揚げのみそ炒め 広東めん	とりにく、ぶた肉 とりにく、生揚げ、 みそ ぶた肉、なると	牛乳	にら にんじん にんじん	中華めん、小麦粉、 でん粉 さとう さとう	油 油		635	785
19日 (木)	ごはん	牛乳	ハンバーグ照り焼きソースがけ ひじきの五色炒め つみれのみそ汁 黒糖ビーンズ	ぶた肉、とりにく ぶた肉 いわし、油揚げ、 みそ 大豆	牛乳 ひじき かたくちいわし	玉ねぎ にんじん、 さやいんげん 大根、白菜、長ねぎ、生姜	ごはん、さとう、 でん粉 春雨 じゃがいも、でん粉、 さとう 黒糖	油 油		611	802
20日 (金)	麦ごはん	牛乳	白ごまつくね こんにやくサラダ (具だくさん玉ねぎドレッシング) ポークカレー	とりにく、 とりレバー ぶた肉	牛乳 スキムミルク	玉ねぎ 小松菜 にんじん、トマト	麦ごはん、パン粉、 さとう、でん粉 ごま、油 じゃがいも	油 油、カレールー		683	868

日付 (曜日)	献立			血・肉・骨となるもの(あか)		体の調子を整えるもの(みどり)		熱や力となるもの(きいろ)		熱量 (Kcal) たんぱく質 (g)	
	主食	飲物	おかず	1群	2群	3群	4群	5群	6群	小学生	中学生
24日 (火)	バターコッペ	牛乳	フランクフルトケチャップソース がけ	フランクフルト	牛乳			バターコッペ、さとう		747	932
			ジャーマンポテト	ベーコン		パセリ	玉ねぎ	じゃがいも	油		
			ミネストローネ	とり肉		にんじん、 かぼちゃ、トマト	キャベツ、玉ねぎ		オリーブオイル		
			りんごヨーグルト		ヨーグルト						
25日 (水)	地粉うどん	牛乳	わかさぎフリッター	わかさぎ、 オキアミ	牛乳、あおさ			地粉うどん、小麦粉、 でん粉、さとう、米粉	油	678	824
			小松菜とチキンの和え物 (ごまドレッシング)	とり肉		小松菜	大根	でん粉	ドレッシング		
			かきたまうどん	ぶた肉、卵		にんじん	干しいたけ、白菜、長ねぎ	でん粉			
			メープルマフィン					マフィン			
26日 (木)	ごはん 世界の 味めぐり献立 (中国)	牛乳	ポークしゅうまい	ぶた肉	牛乳		玉ねぎ、生姜	ごはん、小麦粉、 パン粉、でん粉、さとう		605	816
			華風和え				キャベツ、きゅうり、大根	さとう			
			マーボー豆腐	ぶた肉、豆腐、 みそ		にんじん	玉ねぎ、長ねぎ、生姜	さとう、でん粉	油、ごま油		
27日 (金)	ごはん	牛乳	ブルコギ	ぶた肉、みそ	牛乳		にんにく、生姜、玉ねぎ、 しめじ	ごはん、さとう	油	608	779
			キャベツの和え物 (ナムルドレッシング)			ブロッコリー	キャベツ、カリフラワー、 とうもろこし		ドレッシング		
			ごまみそ汁	生揚げ、みそ		にんじん、かぼちゃ	長ねぎ、大根、白菜		ごま		
			梨ランスゼリー					ゼリー			
※食材調達等の事情により、内容を変更する場合があります。								2月平均栄養摂取量	熱量 (kcal)	655	838
※献立表には、使用する食材全てが記載されているわけではありません。詳細が必要な方には、申請書の提出をお願いしております。									たんぱく質 (g)	26.5	32.3

※献立表には、使用する食材全てが記載されているわけではありません。詳細が必要な方には、申請書の提出をお願いしております。

※主食と飲物の食材については、各日の1段目に記載しています。

※「中>〇〇」は、中学校のみ提供の献立になります。



小学6年生と中学3年生を対象に行ったアンケートで、リクエストが多かった献立です。



給食だより



2月の目標

「バランスよく食べよう」



厳しい寒が続いていますが、3日の節分、4日の立春と暦の上では春を迎えます。寒い時期もあと少しです。手洗い・うがいと規則正しい生活を心がけ、元気に冬を乗り切りましょう。



節分



節分は、「季節の分かれ目」という意味です。二十四節季の「立春」、「立夏」、「立秋」、「立冬」の前日のことで、年に4回あるものでしたが、今ではほとんど立春の前日だけをさすようになりました。新暦では、3日ごろに当たります。

旧暦では「立春」で冬が終わり、春になって1年が始まる、と考えられていたので、立春の前日の「節分」は大晦日のように特に大切にされ、行事として伝えられてきました。

今でも地方によっては、この日を「年越し」「年取り」などと呼ぶところもあります。



おはなし給食



おはなし給食の歴史をご紹介します！おすすめな本ばかりです。ぜひ、読んでみてください。

世界の味めぐり献立



2月のテーマ「中国」

～世界三大料理～

今月の世界の味めぐり献立は、世界三大料理の一つである中国料理を提供します。中国は国土が広いので、地域によって料理の味付けが異なります。地域ごとの料理の特徴を簡単に紹介します！

- 北京料理：寒い地域で食べられるので、濃い味付け
- 四川料理：気温が高く雨が多い内陸のため、食欲が増すように辛い味付け
- 上海料理：中国東部で発展したため、魚介類を豊富に使用
- 広東料理：あっさりとした味付け

給食では、広東料理のしゅうまいと四川料理のマーボー豆腐を提供します！



令和5年度

- ・つきよのキャベツくん
- ・ハリーポッターと賢者の石
- ・タスキメシ
- ・とびきりおいしいスープができた！



令和6年度

- ・かいけつゾロリあついで！ラーメン対決
- ・給食アンサンブル2
- ・ライスボールとみそ蔵と
- ・3年7組食物調理科



令和7年度

- ・海のサバイバル
- ・給食室のいちにち
- ・ハリーポッターと炎のゴブレット
- ・宙ごはん



2月のおはなし給食

「宙ごはん」

著者 町田そのこ
イラスト 水谷 有里
出版社 小学館



<献立名>

ごはん 牛乳
さばの塩焼き ほうれん草のごま和え
かつおとこんぶが香るほこほこにゅうめん のいふりかけ

主人公の宙(そら)には、育てのママと産みのお母さん、二人の母親がいます。育ての親の海外赴任をきっかけに産みのお母さんと二人で暮らすことになりますが、育てのママと違い母親らしいことが一切できない産みのお母さんに宙はショックを受けます。しかし料理人の「やっちゃん」と出会い、宙は料理に興味を持ちます。時には料理の先生、時には父親のように宙へ愛情を注いでくれるやっちゃんに支えられ、宙は産みのお母さんに振り回されながらも成長していきます。

給食では、作中でも宙が作った「かつおとこんぶが香るほこほこにゅうめん」を提供します。

- ・サラダの手作りドレッシングと和え物の調味料は、学校給食センターで和えて提供します。
- ・学校給食センターでは、おはしでは食べにくいおかずの時のみスプーンを配送します。
- ・食物アレルギー、その他の疾患、宗教上の理由等により給食の内容について配慮が必要な場合は、学校給食センターまでご連絡ください。
- ・久喜市では、学校給食のより一層の安全・安心を確保するために、給食に使用する食材の一部又は全部を試料として、定期的に放射性物質の検査を実施しています。検査結果については久喜市のホームページに掲載しておりますので、ご覧ください。

給食の情報を
公開しています！

こちらをクリック

