



# 令和7年度 2月分 献立一覧表 (中学校) ○4○ 蒲郡市学校給食センター

実施日	献立名	食べ物のはたらき						栄養価	お知らせ		
		おもに体の組織をつくる食品		おもに体の調子を整える食品		おもにエネルギーになる食品					
		1群	2群	3群	4群	5群	6群				
		魚、肉、卵 豆、大豆製品	牛乳、乳製品 小魚、海藻	緑黄色野菜	その他の野菜 きのこ類、果物	穀類、いも類 砂糖	油脂 種実類				
2 月	ごはん 牛乳 マーべーどふ しゅうまい もやしソテー	牛乳			白ねぎ しょうが たまねぎ たまねぎ もやし	さとう でんぶん しゅうまいの皮 じゃがいも	米サラダ油 米サラダ油	747 30.9	しゅうまい (3コ)		
3 火	(節分給食) ごはん 牛乳 実だくさんみそ汁 いわしの蒲焼き マカロニとやさいのいためもの 節分豆	牛乳	とうふ 赤みそ 白みそ いわし ウインナー	にんじん にんじん	だいこん はくさい ごぼう 白ねぎ エリンギ キャベツ	さとう マカロニ	米サラダ油 米サラダ油	736 29.9			
4 水	ごはん 牛乳 コンソメスープ ハンバーグのトマトソースかけ 菜の花サラダ	牛乳	とりむね肉 豚肉 とり肉	にんじん チンゲンサイ なばな	たまねぎ だいこん とうもろこし	じゃがいも さとう	米サラダ油 ごまドレッシング	701 24.6	ごまドレッシング (クラス1本)		
5 木	ごはん 牛乳 けんちん汁 たこのから揚げ じゃがいもの煮付け	牛乳	とうふ 油揚げ たこ 豚もも肉	にんじん にんじん	ごぼう だいこん こんにゃく 白ねぎ たまねぎ グリンピース	米粉 でんぶん じゃがいも さとう	なたね油 米サラダ油	718 29.9			
6 金	麦ごはん 牛乳 チーズチキンカレー ふくじんづけ フルーツのりんごゼリーあえ	牛乳	とりむね肉 スキムミルク チーズ	にんじん	たまねぎ だいこん うり れんこん アロエ バインアップル おうとう りんごゼリー	麦 じゃがいも カレールウ	米サラダ油	737 24.0	チーズチキンカレー：乳を使用しています。		
9 月	わかめごはん 牛乳 赤みそ汁 かぼちゃコロッケ ちくぜん煮	牛乳 わかめ	とうふ 赤みそ		もやし たまねぎ だいこん 白ねぎ			737			
10 火	ごはん 牛乳 中華飯 肉だんごのあまずあん	牛乳	豚もも肉	にんじん チンゲンサイ	しょが 干しこいたけ たまねぎ キャベツ	さとう でんぶん	米サラダ油	698	肉だんごのあまずあん (2コ) 中華ドレッシング (クラス1本)		
12 木	かいそうサラダ ソフトめん 牛乳 ピーンズソースかけ ツナじやがサラダ 蒲郡いちご	牛乳	豚もも肉 豚レバー 大豆 まぐろ	にんじん パセリ	たまねぎ きゅうり	さとう じゃがいも	米サラダ油 中華ドレッシング	741 28.8	マヨネーズドレッシング (クラス1本) 蒲郡いちご (2コ) : ピニール手袋で配りましょう。		
13 金	ごはん 牛乳 五目汁 さばのみそだれかけ 白菜とこまつなごまあえ	牛乳	豚もも肉 かまぼこ 油揚げ さば 赤みそ	にんじん こまつな 蒲郡の葉ねぎ	だいこん 白ねぎ はくさい	じゃがいも さとう	米サラダ油 白すりごま	701 32.6			
16 月	ごはん 牛乳 石狩汁 揚げ若どりのレモン煮 うの花いり煮	牛乳	とうふ さけ 合わせみそ とりむね肉		だいこん 白ねぎ レモン 干しこいたけ えだ豆	じゃがいも でんぶん さとう	なたね油 米サラダ油	798 36.3			
17 火	ごはん 牛乳 とり肉と豆とやさいのうま煮 キャベツ入りおこのみ焼き 切り干し大根サラダ 深海ギョのふりかけ (赤しそ味)	牛乳	とりむね肉 大豆 すり身ボール 豚肉 かつおけげり節 まぐろ にぎす	にんじん 青のり にぎす	ごぼう こんにゃく キャベツ 切り干し大根 とうもろこし えだ豆 赤しそ	さとう 小麦粉 米粉 さとう	米サラダ油 ごまドレッシング	796 28.5	ごまドレッシング (クラス1本)		
18 水	ごはん 牛乳 かきたま汁 ほっけのたつた揚げ 水菜のサラダ プロセスチーズ	牛乳	とりむね肉 かまぼこ 卵 ほっけ まぐろ	にんじん ほうれん草 みずな チーズ	えのきたけ もやし きゅうり	でんぶん でんぶん	なたね油 和風ドレッシング	708 32.5	和風ドレッシング (クラス1本)		
19 木	ぐろロールパン 牛乳 やさいのトマト煮込み 焼きフランクフルト 蒲郡はるみ	牛乳	とりむね肉 フランクフルト	にんじん	たまねぎ キャベツ だいこん	さとう ハヤシルウ	米サラダ油	772 31.2	蒲郡はるみ : ピニール手袋で配りましょう。皮はピニール袋に入れ返しましょう。		
20 金	ごはん 牛乳 どうふとチンゲンサイの中華スープ はるまき ぶた肉のキムチいため	牛乳	とりむね肉 とうふ 豚肉	にんじん	キャベツ エリンギ キャベツ もやし	はるまきの皮 しょうが 白菜キムチ もやし 白ねぎ	ごま油 米サラダ油	713 23.8			
24 火	ごはん のむヨーグルト ふだま汁 ミニチカツ ひじきのいため煮	ヨーグルト	とりむね肉 かまぼこ 豚肉 とり肉	にんじん ほうれん草	干しこいたけ たまねぎ	白玉ふ パン粉	なたね油 米サラダ油	710 28.3	のむヨーグルトの空き容器は、ふたを取って重ね、ピニール袋に入れて返しましょう。		
25 水	ごはん 牛乳 こうやどうふの中華煮 丸っとえび太郎 はくさいのたくあんあえ	牛乳	豚もも肉 高野豆腐 かまぼこ タラ いわしきのたくあんあえ	にんじん えび	たまねぎ こんにゃく 干しこいたけ グリンピース	さとう でんぶん	ごま油	711 29.7	丸っとえび太郎 (3コ)		
26 木	愛知のツイストパン 牛乳 マカロニのクリーム煮 愛知県産おから入り米粉コロッケ プロッコリーのサラダ	牛乳	とりむね肉 おから	にんじん バセリ	たまねぎ たまねぎ プロッコリー	マカロニ ホワイトルウ じゃがいも 米粉	米サラダ油 和風ドレッシング	811 28.5	和風ドレッシング (クラス1本)		
27 金	ごはん 牛乳 おでん きびなごのカリカリ揚げ 肉みそ	牛乳	うずら卵 生揚げ ちくわ きびなご 豚もも肉 赤みそ	にんじん	だいこん こんにゃく	さといも じゃがいも でんぶん	なたね油	801 33.4	きびなごのカリカリ揚げ (3コ) : きびなごは稀に魚卵を持つている可能性があります。		

たべたくんマークは蒲郡の日給食です。

カミちゃんマークはカミカミ給食です。

よく噛んで食べましょう。

\*食材の太文字は愛知県産の予定です。

\*食材の安全を確認して使用しています。

\*材料は都合により変更することがあります。

2月3日節分



1年の幸福を願う「節分」の行事

立春の前に当たる節分には、古くから豆まきを

したり、ヒイラギイワシを玄関に飾ったりして、病気  
や災難を起こす“鬼(邪氣)”を追い払い、1年の無  
事や幸福を願う風習があります。

ふくまめ

福豆

よくかんで  
食べよう!

大豆をいったもので、  
自分の年の数、または  
年の数プラス1個食  
べて、1年の幸福を願

## 生産者紹介 「いちご」

学校給食では、毎年1月～2月に蒲郡産のいちごを使用しています。生産者の羽田野誠さんが、丹精込めて育てています。

品種は「あきひめ」で、酸味が少なく、甘みが強いのが特徴です。

12月中旬から6月中旬まで収穫しています。

おいしいいちごの特徴は、つやつやとしていて光沢があるものです。新鮮なものほど歯ごたえもあり、おいしくいただけます。

給食では、2月12日(木)に提供します。

いちごの生産者 羽田野誠さん(相楽町:大塚地区)



\* 今月の卵アレルギー対応給食の実施日は卵マークの日です。提供を受ける方は、「蒲郡市卵アレルギー対応給食承諾書」を確認してから食べましょう。

28品目のアレルゲンを含む食品の情報は、対象者に配布する献立表(アレルギー一覧)に表示しています。28品目以外のアレルゲンを含む食品の情報が必要な場合は、学校給食センターにてご確認ください。

\*この献立一覧表は、すべての食品や調味料が表示されているわけではありません。  
(加工食品で配合割合が少ない食品は表示されていません。)



毎月19日は『食育の日』です ~ おうちでごはんの日 ~

※給食のお米は設楽町産米です。

給食費納入のご案内

口座振替日は2月16日(月)です。振替口座残高不足にご注意ください。