



# 2月分 献立予定表

立花小学校ホームページにも掲載中!

令和7年度

新宮町立 立花小学校

給食日	曜日	牛乳	献立名	使われている食品と主な働き			熱量 (kcal)	タンパク質 (g)	脂質 (g)
				赤 血や肉、骨になる	緑 体の調子を整える	黄色 熱や力のもとになる			
2	月	○	【節分】 手巻寿司(酢めし・りのりツナサラダ) いわしの梅煮 すまし汁 福豆	ぎゅうにゆう ★のり ツナ いわし とうふ ふくまめ	キャベツ にんじん とうもろこし えのきたけ ほうれんそう うめ	こめ もちごめ さとう エッグケアマヨネーズ	671	26.9	20.4
3	火	○	きなこ揚げパン ブロッコリーのガーリックサラダ 豆乳コーンクリームスープ ムース	ぎゅうにゆう きなこ ムース しろいんげんまめ とうにゆう	ブロッコリー たまねぎ にんじん とうもろこし	パン さとう あぶら オリーブあぶら	632	21.5	26.1
4	水	○	【秋田県の郷土料理:きりたんぼ】 麦ごはん きりたんぼ鍋 さばの照焼 菜の花和え	ぎゅうにゆう とりにく とうふ さば	ごぼう みずな にんじん はくさい しめじ ねぶかねぎ なのほな	こめ むぎ きりたんぼ さとう	666	25.7	23.2
5	木	○	食パン マーシャルピーンズ スパゲティミートソース ほうれん草のサラダ いちご	ぎゅうにゆう ぶたにく チーズ	たまねぎ にんじん ほうれんそう とうもろこし いちご	パン チョコだいち スパゲティ あぶら さとう	682	25.3	27.7
6	金	○	牛飯 野菜の卵焼き だいこんなます ミニ白玉ぜんざい	ぎゅうにゆう ぎゅうにく あぶらあげ やさいのたまご やき あずき	ごぼう にんじん こんにゃく チンゲンサイ えだまめ だいこん	こめ さとう ごま しらたまもち	672	26.4	18.1
9	月	○	【広島県の郷土料理:がんす】 麦ごはん がんす ブロッコリーの酢の物のっぺい汁	ぎゅうにゆう がんす とりにく とうふ あぶらあげ	ブロッコリー キャベツ にんじん だいこん こんにゃく ごぼう ねぶかねぎ しいたけ	こめ むぎ あぶら さとう でんぷん	628	22.5	18.4
10	火	○	【トルコの料理:ケバブ】 ケバブ風サンド(ピタパン、ケバブ、 一食エッグケアマヨネーズ) レンズ豆のスープ	ぎゅうにゆう ぎゅうにく レンズまめ ベーコン	たまねぎ にんじん ピーマン	ピタパン でんぷん じゃがいも エッグケアマヨネーズ あぶら さとう	572	26.5	23.7
12	木	○	【バレンタインデー】 コッペパン ポトフ れんこんサラダ 手作りガトーショコラ	ぎゅうにゆう ぶたにく	たまねぎ にんじん セロリ だいこん れんこん ブロッコリー とうもろこし	パン じゃがいも ドレッシング ココア さとう バター ホットケーキミックス	688	22.9	25.8
13	金	○	コロコロビーフカレー(麦ごはん) フルーツヨーグルト	ぎゅうにゆう ぎゅうにく とうにゆう ヨーグルト	たまねぎ にんじん みかん パインりんご	こめ むぎ じゃがいも あぶら さとう	715	19.0	25.0
16	月	○	【自分で秋刀魚の骨をとってみよう】 麦ごはん 味付のりさんまの塩焼き 小松菜の甘酢和え みそ汁	ぎゅうにゆう ★のり さんま とうふ あぶらあげ みそ	こまつな キャベツ にんじん たまねぎ ねぶかねぎ	こめ むぎ さとう じゃがいも	612	24.1	20.6
17	火	○	ワンローフパン みそ煮込みうどん さつまいもとひじきのサラダ	ぎゅうにゆう とりにく あぶらあげ みそ ★ひじき	にんじん しいたけ えのきたけ だいこん ねぶかねぎ えだまめ	パン うどん さとう さつまいも エッグケアマヨネーズ	642	25.4	23.2
18	水	○	【絵本「サラダで元気」に出てくるりっちゃんサラダ】 ハヤシライス(麦ごはん) りっちゃんサラダ	ぎゅうにゆう ぎゅうにく チーズ かつおぶし ★こんぶ ハム なまクリーム	たまねぎ にんじん マッシュルーム えだまめ キャベツ きゅうり とうもろこし	こめ むぎ あぶら バター さとう	699	20.0	28.9
19	木	○	米粉コッペパン あまおういちごジャム 鶏のから揚げ 海藻サラダ ミネストローネ	ぎゅうにゆう とりにく ベーコン ★かいそうサラダ しろいんげんまめ	キャベツ にんじん たまねぎ セロリ トマト	パン いちごジャム でんぷん さとう ごまあぶら ごま じゃがいも あぶら	652	29.0	24.6
20	金	○	麦ごはん さばのみぞれ煮 カリフラワーのマヨ和え みそ汁	ぎゅうにゆう さば みそ とうふ	カリフラワー とうもろこし たまねぎ にんじん ねぎ だいこん	こめ むぎ エッグケアマヨネーズ	625	24.1	21.5
24	火	○	チーズバーガー(ミルク横割丸パン、 ハンバーグ、スライスチーズ、一食ケチャップ) フライドポテト クラムチャウダー	ぎゅうにゆう ハンバーグ チーズ あさり	にんじん たまねぎ とうもろこし	パン あぶら じゃがいも	730	29.7	33.2
25	水	○	麦ごはん 銀ダラのみりん焼き 小松菜のおかか和え けんちん汁	ぎゅうにゆう ぎんだら かつおぶし とうふ あぶらあげ	こまつな もやし にんじん だいこん ねぎ	こめ むぎ さとう さといも	622	21.3	18.6
26	木	○	【お誕生日給食】 ソフトフランス プレーンオムレツ みかんサラダ コーンクリームスープ カップでヤクルト	ぎゅうにゆう オムレツ ヤクルト しろいんげんまめ	キャベツ にんじん みかん たまねぎ とうもろこし	パン あぶら さとう	634	21.8	26.5
27	金	○	麦ごはん 豚肉と根菜のごまみそ煮 ほうれん草の酢の物	ぎゅうにゆう ぶたにく ★こんぶ みそ	だいこん れんこん きりぼしだいこん にんじん えだまめ ほうれんそう	こめ むぎ さといも あぶら さとう ごま	691	20.6	16.2

※体をつくる(赤)の仲間での調子を整える(緑)の働きもある食材に★印をつけています。※材料購入等の都合により、献立を変更することがありますので、ご了承ください。

※新宮町では、地産地消(住んでいる地域で作られた食材をその地域で消費すること)に取り組んでいます。

給食で使用する食材は、なるべく地元産・九州産のものを使用しています。2月に使用する予定の主な食材の産地は次のとおりです。

種類	主な産地	種類	主な産地	種類	主な産地
キャベツ	熊本・宮崎・鹿児島・福岡	ねぶかねぎ	大分	はくさい	大分・宮崎・熊本・鹿児島
みずな	福岡	いちご	福岡	だいこん	福岡
ピーマン	宮崎・熊本・鹿児島	セロリ	福岡	こまつな	福岡
きゅうり	熊本・宮崎・福岡・鹿児島	ねぎ	福岡	もやし	福岡

