

2025年
2月分

学校給食予定献立表

長崎市立大浦 小学校

◎食材料は、料理別に分けて記載しています。 ◎食材料は、価格などの都合により変更する場合があります。 ◎☆印がついているものは加工品です。

日付	曜日	献立名	主な働きと材料名					エネルギー	
			体をつくるもとになる(赤)		体の調子を整えるもとになる(緑)		エネルギーのもとになる(黄)		
			たんぱく質	無機質	カロテン	ビタミン・食物繊維	炭水化物		脂質
3月		ごはん					こめ		627
		牛乳		牛乳					
		☆金頭つみれの吸い物	☆かながしらボール		にんじん	はくさい ふかねぎ	はるさめ		
		鶏肉のから揚げ	とりにく			しょうが	でんぶん	油	
		☆紅大根の酢の物				あかだいこん だいこん	さとう	ごま	
4火		ごはん					こめ		650
		親子丼の具	とりにく たまご		にんじん みつば	たまねぎ しいたけ	さとう でんぶん	油	
		牛乳		牛乳					
		豚汁	ぶたにく あつあげ みそ		にんじん	だいこん ふかねぎ こんにやく	さつまいも		
		ぼんかん				ぼんかん			
5水		パン					パン		605
		牛乳		牛乳					
		担々麺(麺)			にんじん	キャベツ もやし ふかねぎ きくらげ	ラーメン		
		担々麺(肉みそ)	ぶたにく あかみそ			にんにく	さとう	ねりごま ごま油	
6木		ごはん					こめ		637
		牛乳		牛乳					
		肉じゃが	ぶたにく		にんじん さやいんげん	たまねぎ こんにやく	じゃがいも さとう	油	
		さばの塩こうじ焼き	さば						
		☆白菜のもみ漬			にんじん	はくさい	さとう		
7金		パーカーハウスパン					パーカーパン		609
		牛乳		牛乳					
		米粉と豆乳のシチュー	とりにく とうにゅう		にんじん ブロッコリー	たまねぎ	じゃがいも こめこ	油	
		ほうれん草のソテー	ベーコン		ほうれんそう	とうもろこし		油	
10月		ごはん					こめ		625
		ポークカレー	ぶたにく		にんじん	たまねぎ グリンピース	じゃがいも	カレールウ 油	
		牛乳		牛乳					
		豆のサラダ	だいず			キャベツ きゅうり	おおふくまめ きんときまめ さとう	油	
		小さいコッペパン					しょうコッペパン		
12水		牛乳		牛乳					604
		クリームスパゲッティ	とりにく ベーコン	牛乳 チーズ	にんじん パセリ	たまねぎ マッシュルーム にんにく	スパゲッティ	なまクリーム 油	
		野菜サラダ				キャベツ きゅうり とうもろこし	さとう	油	
		いよかん				いよかん			
13木		ごはん					こめ		609
		牛乳		牛乳					
		うま煮	とりにく		にんじん さやいんげん	たまねぎ こんにやく	じゃがいも さとう	油	
		☆ごまめ					さとう	ごま	
14金		れんこんの炒め物	ぶたにく		にんじん	れんこん	さとう	ごま油	602
		コッペパン					コッペパン		
		牛乳		牛乳					
		野菜スープ	ぶたにく ウィナー		にんじん	たまねぎ キャベツ とうもろこし		油	
27.1		照り焼きチキン	☆てりやきチキン						
		ミルクポテト		牛乳	パセリ	たまねぎ	じゃがいも	なまクリーム バター	

ながさき せつぶんりょうり
長崎の節分料理 せつぶん りっしゅん ぜんや いま こよみ がつふつか みつか ことし がつふつか ながさき せつぶん かね
 節分は立春の前夜、今の暦では2月2日または3日にあたります。今年は2月2日です。長崎では節分に、お金に
 こま かながしら に わる あかだいこん あかおに み た あかだいこん す もの た
 困らないようにと「金頭の煮つけ」や、悪いことがおきないようにと「紅大根」を赤鬼のうでに見立てた「紅大根の酢の物」を食べます。
 きゅうしよく にちおく せつぶんまめ かながしら す もの あかだいこん す もの がつみつか きゅうしよく だ よてい
 給食では1日遅れですが、「節分豆」「金頭つみれの吸い物」「紅大根の酢の物」を2月3日の給食に出す予定です。

◎裏面もごらんください。

2025年
2月分

学校給食予定献立表

長崎市立大浦 小学校

◎食材料は、料理別に分けて記載しています。 ◎食材料は、価格などの都合により変更する場合があります。 ◎☆印がついているものは加工品です。

ひづけ 日付	ようび 曜日	こんだてめい 献立名	主な働きと材料名					小学校	
			からだ 体をつくるものになる(赤)		からだ ちようし 体の調子を整えるものになる(緑)		エネルギーのもとになる(黄)		
			たんぱく質	むきしつ 無機質	カロテン	ビタミン・食物繊維	たんずいかぶつ 炭水化物		ししつ 脂質
17	月	ごはん					こめ	611	
		牛乳		牛乳					
		のっぺい汁	とりにく あつあげ		にんじん	ふかねぎ だいこん	じゃがいも でんぶん		27.1
		上対馬とんちゃん	ぶたにく むぎみそ		にんじん	にんにく キャベツ たまねぎ	さとう 油 ごま ごま油		
18	火	ごはん					こめ	635	
		牛乳		牛乳					
		五目豆	ぶたにく だいず	こんぶ	にんじん	グリーンピース こんにやく	さとう じゃがいも 油		26.1
		小松菜のおかか炒め	ちくわ かつおぶし		こまつな	もやし	さとう ごま油		
19	水	黒砂糖パン					くろざとうパン	604	
		牛乳		牛乳					
		五目うどん	とりにく あぶらあげ		こまつな	たまねぎ しいたけ	うどん		30.2
		いかのかりん揚げ	いか				さとう でんぶん 油		
キャベツのしそ和え			にんじん あかじそ	キャベツ					
20	木	ごはん					こめ	648	
		牛乳		牛乳					
		チャーハン豆腐	ぶたにく あつあげ みそ		にんじん チンゲンサイ	たまねぎ たけのこ ふかねぎ しょうが にんにく しいたけ	でんぶん さとう 油		27.2
		焼きぎょうざ	☆ぎょうざ						
もやしの甘酢炒め			にら	もやし	さとう 油				
21	金	コッペパン					コッペパン	635	
		牛乳		牛乳					
		ビーフシチュー	ぎゅうにく	スキムミルク チーズ	にんじん	たまねぎ グリンピース	じゃがいも こむぎこ 油 バター		27.4
		いんげんのソテー	ウィンナー		さやいんげん	とうもろこし	油		
いちごジャム					いちごジャム				
25	火	ごはん					こめ	631	
		牛乳		牛乳					
		とうふのみそ汁	とうふ あぶらあげ みそ	わかめ	ねぎ	はくさい たまねぎ			27.4
		まとうだいのから揚げ	まとうだい				でんぶん こめこ 油		
きんぴらごぼう	ぶたにく		にんじん	ごぼう	さとう 油				
26	水	コッペパン					コッペパン	634	
		牛乳		牛乳					
		カレービーンズ	ぶたにく		にんじん	たまねぎ グリンピース	じゃがいも さとう ひよこまめ カレールウ 油		28.5
		大根とツナのサラダ(ツナ)	ツナ(まぐろ)かん			レモンじり			
大根とツナのサラダ(野菜)			みずな	だいこん とうもろこし	さとう 油				
27	木	ごはん					こめ	616	
		牛乳		牛乳					
		にこみおでん	とりにく あつあげ ほうてん			だいこん こんにやく	じゃがいも さとう		23.9
		野菜のアーモンド和え			にんじん	キャベツ	アーモンド さとう		
はるか				はるか					
28	金	米粉パン					こめこパン	624	
		牛乳		牛乳					
		ちゃんぽん	ぶたにく いか あげかまぼこ はんぺん		にんじん	たまねぎ キャベツ もやし	ちゃんぽんめん 油		31.8
		鶏肉とレバーのごまがらめ	とりにく ☆とりきもたつた				でんぶん さとう 油 ごま		

◎裏面もごらんください。