

お待たせしました！
2月はリクエスト給食
月間です♪

※色で塗った料理はリクエストで票が入ったものです



令和7年2月 給食予定献立表



美園中学校

リクエスト 順位	日	曜	献立			主に体の組織を作る食品群		主に体の調子を整える食品群		主にエネルギーとなる食品群		栄養価			
			主食	牛乳	おかず	1群	2群	3群	4群	5群	6群	1食分 (kcal)	たんぱく質 (g)		
	3	月	麦ご飯		豚汁 昆布茶和え 黒糖福豆	いわし 豚肉 豆腐 大豆	牛乳 昆布	人参 小松菜	ごぼう 大根 長ねぎ キャベツ きゅうり	米 麦 砂糖 でん粉 さといも	油	799	34.3		
	1ー3高橋唯菜さんの献立（節分）														
	4	火	セルフオムライス		クラムチャウダー りんご	鶏肉 卵 ベーコン あさり	牛乳	人参 パセリ	玉ねぎ エリンギ しめじ グリンピース りんご	米 じゃがいも 小麦粉	油 バター	794	30.1		
	5	水	鶏ねぎゆず塩うどん （地粉うどん）		二色天ぷら（ちくわ磯辺・かぼちゃ） 磯香和え	鶏肉 油揚げ ちくわ	牛乳 青のり	人参 かぼちゃ 小松菜	大根 長ねぎ ゆず キャベツ もやし	うどん 小麦粉 米粉	油 ごま油	797	30.0		
	6	木	麦ご飯		じゃが麻婆 うま塩キャベツ ネーブルオレンジ	豚肉 大豆	牛乳 のり	人参	玉ねぎ しょうが にんにく グリンピース 長ねぎ しいたけ	米 麦 砂糖 じゃがいも でん粉	油 ごま ごま油	753	24.7		
	7	金	ソイ丼 （麦ご飯）		海藻サラダ フルーツパンチ	豚肉 ベーコン 大豆	牛乳 海藻	人参 春菊	玉ねぎ ごぼう 大根 コーン きゅうり みかん バイン りんご	米 麦 砂糖 カレールウ	油 ごま ごま油	814	29.6		
	10	月	西区こしひかり		生揚げのみそ煮 おかか和え いちごゼリー	豚肉 生揚げ かつお節	牛乳	人参 チンゲン菜 小松菜	しょうが 長ねぎ 玉ねぎ もやし キャベツ たけのこ いちご	米 砂糖 でん粉	油	810	33.7		
	12	水	キム玉丼 （麦ご飯）		ししゃもフライ 茎わかめのチョナムル	豚肉 卵	牛乳 ししゃも 茎わかめ	人参 にら	玉ねぎ 長ねぎ 白菜キムチ しょうが にんにく えのきたけ もやし	米 麦 でん粉 パン粉	油 ごま ごま油	794	33.8		
	13	木	蒜山おこわ		さわらの青のり竜田 湯葉入りすまし汁 きゅうりの塩昆布漬	鶏肉 小豆 さわら ゆば かまぼこ	牛乳 青のり 昆布	人参 ほうれんそう	ごぼう しいたけ 長ねぎ 大根 えのきたけ きゅうり	米 もち米 砂糖	油 ごま油	743	36.3		
	14	金	ツナとトマトの スパゲッティ		アーモンドサラダ 手作りチョコプリン	ツナ 卵	牛乳 チーズ	人参 パセリ トマト	玉ねぎ にんにく きゅうり キャベツ コーン	スパゲッティ 砂糖	油 オリーブ油 アーモンド	785	31.1		
	バレンタイン 献立														
	17	月	麦ご飯		麻婆豆腐 チョレギサラダ ぼんかん	豚肉 大豆 豆腐	牛乳 のり わかめ	人参 小松菜 パプリカ	しょうが にんにく 玉ねぎ しいたけ たけのこ 長ねぎ きゅうり キャベツ ぼんかん	米 麦 砂糖 でん粉	油 ごま ごま	759	30.9		
	18	火	二色揚げパン （ココアアーモンド・ きなこ）		チキンピーンズ コーンサラダ	鶏肉 ベーコン きなこ 大豆	牛乳	人参 さやいんげん トマト	たまねぎ にんにく キャベツ きゅうり コーン	パン 砂糖 アーモンド	油	892	32.5		
	19	水	ポークカレー （麦ご飯）		ひじきのマリネ レアチーズケーキ	豚肉 卵	牛乳 生クリーム ひじき	人参 トマト パプリカ	しょうが にんにく 玉ねぎ セロリー エリンギ きゅうり 大根 枝豆	米 麦 砂糖 じゃがいも カレールウ	油	832	26.8		
20	木	西区こしひかり のりの佃煮		うま塩肉じゃが ごまドレッシングサラダ	豚肉	牛乳 のり	人参	しょうが にんにく 玉ねぎ キャベツ きゅうり もやし	米 砂糖 じゃがいも	油 ごま	761	27.0			
21	金	ちゃんぽん麺 （ホット中華麺）		小松菜とわかめのサラダ アップルパイ	豚肉 いか あさり さつまあげ	牛乳 わかめ	人参 チンゲン菜 小松菜	しょうが もやし キャベツ 長ねぎ きゅうり 大根 コーン りんご	中華麺 砂糖 でん粉 パイシート	油 ごま ごま油	796	33.2			
25	火	麦ご飯		豆腐ハンバーグ かぼちゃサラダ 豆腐となめこのみそ汁	豚肉 豆腐 卵	牛乳 わかめ	人参 かぼちゃ	にんにく しょうが 玉ねぎ 大根 きゅうり コーン なめこ 長ねぎ	米 麦 砂糖 でん粉 パン粉	油	744	32.6			
26	水	岩槻区こしひかり		さばの味噌煮 筑前煮 ゆかり和え/いちごミルクゼリー	さば 鶏肉 さつまあげ	牛乳	人参 さやいんげん	しょうが 大根 ごぼう しいたけ きゅうり キャベツ いちご	米 砂糖 こんにゃく でん粉	油	888	37.0			
27	木	手作りカレーパン		ポトフ 花野菜サラダ	豚肉 ウインナー ツナ	牛乳	人参 ピーマン パセリ かぶの葉 ブロッコリー	たまねぎ キャベツ かぶ セロリー きゅうり カリフラワー	パン 砂糖 じゃがいも パン粉	油	779	27.1			
・献立は都合により変更になることがありますので、ご了承ください。						1 学年		2 学年		3 学年		平均栄養量			
★28日（金）は、全校において給食がありません。 （年間回数調整のため）						2月回数		17回		15回		14回		エネルギー	796 kcal
						累計		166回		161回		160回		たんぱく質	31.1 g

3年生テーブルマナー給食

9年間の給食の集大成として、3年生を対象にテーブルマナーをテーマにした給食をクラスごとに提供します。今年度はシェフ給食の取組で、洋食マナーを学習しました。その実践の場として下記の献立を提供しますので、ナイフとフォークでマナーよく食べる練習をしましょう。
献立：テーブルロール、ハンバーグステーキ、ガーリックポテト、ブロッコリー、ミニトマト、コーンスープ、手作りプリン、オレンジジュースまたはぶどうジュース

実施日：3-1 2月7日(金) 3-2 2月10日(月) 3-3 2月17日(月) 3-4 2月19日(水)



★2年生：26日(水)、27日(水)は未来くるワークのため、給食がありません。

2年生は、学校行事の関係で給食の年間実施回数が既定の178回より不足しますが、金額においては第9期に調整して引き落とし予定です。ご了承ください。

★3年生は25日(火)、26日(水)、27日(木)は給食がありません。(年間回数調整のため)

3年生は3月5日(水)、7日(金)が給食提供予定日となっています。