



令和7年2月分献立予定表



今年度は町で1食小学生40円、中学生50円を負担して子育て世帯を応援します。

毎月19日は「食育の日～おうちでごはんの日」

武豊町学校給食センター

日付	曜日	こんだてめい	体をつくるものになる食品		体の調子をととのえるものになる食品		エネルギーのものになる食品		小	中		
			1群	2群	3群	4群	5群	6群				
			魚・肉・卵・豆・豆製品	乳製品・小魚・海藻	緑黄色野菜	その他の野菜・果物・きのこ	米・パン・めん・いも・砂糖	油脂・種実			エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)
3月		ごはん 牛乳		牛乳			ごはん		653	810		
		とりごぼうどん <small>ごはんのせて食べましょう</small>	鶏肉			玉ねぎ ごぼう こんにゃく	砂糖 でんぷん	油				
		ちぐさあえ	ツナ		小松菜 にんじん	キャベツ	砂糖					
		ぼかぼかじる	豚肉 油揚げ 豆腐 みそ		にんじん ねぎ	ねぎ はくさい 大根	酒かす					
		ヨーグルト		ヨーグルト							29.7	35.5
4火		くろロールパン 牛乳		牛乳			パン		655	815		
		オムレツのデミグラスソースかけ	卵				でんぷん 砂糖	油				
		ポテトサラダ	ハム			きゅうり	じゃがいも 砂糖	ノンエッグマヨネーズ			29.9	36.6
		キャベツのクリームに	鶏肉 白いんげん豆	牛乳 スキムミルク	にんじん	玉ねぎ キャベツ エリンギ とうもろこし						
5水		ごはん 牛乳		牛乳			ごはん		617	777		
		さわらのてりやき	さわら			生姜	砂糖 でんぷん	油				
		ひきずり	鶏肉 かまぼこ 焼き豆腐		にんじん ねぎ	ねぎ はくさい えのきたけ こんにゃく	砂糖	油			31.9	38.9
		ぼんかん				ぼんかん						
6木		ロウカットげんまいごはん 牛乳		牛乳			ごはん		628	811		
		いかフライのレモンソースかけ	いか			レモン	パン粉 砂糖 小麦粉	油				
		なばなのごまあえ	鶏肉		菜花	とうもろこし もやし	砂糖	ごま 油			25.9	33.4
		ぶたじる	豚肉 豆腐 みそ		にんじん ねぎ	ねぎ 大根 えのきたけ	じゃがいも					
7金		ごはん 牛乳		牛乳			ごはん		634	824		
		さけとあおなごはんのぐ <small>ごはんにまぜて食べましょう</small>	さけ		広島菜 京菜 大根菜							
		レバーいりつくね(小2こ中3こ)	鶏肉			玉ねぎ	砂糖 でんぷん				27.9	34.7
なまあげのもの	生揚げ 豚肉 さつま揚げ		にんじん	玉ねぎ たけのこ 干し椎茸 生姜	砂糖 でんぷん							
10月		むぎごはん 牛乳		牛乳			麦ごはん		663	840		
		ハッシュドポーク	豚肉		にんじん トマト	玉ねぎ エリンギ	砂糖	油				
		ハムステーキ	ハム					油			28.5	34.7
		ツナとやさいのマリネ	ツナ		バジル	きゅうり キャベツ とうもろこし レモン	砂糖	オリーブ油				
12水		わかめごはん 牛乳		牛乳 わかめ			ごはん		658	829		
		キャベツいりメンチカツ	牛肉 豚肉			キャベツ 玉ねぎ	パン粉 小麦粉	油				
		ぶたにくとやさいのいためもの	豚肉		にんじん ピーマン	にんにく 玉ねぎ とうもろこし	でんぷん	油 ごま油			26.0	31.5
		のっぺいじる	鶏肉 豆腐		にんじん ねぎ	ねぎ 大根 ごぼう	里いも でんぷん					
13木		ごはん 牛乳		牛乳			ごはん		648	814		
		さばぎんがみやき <small>有機農業で作った大根とにんじんを使用します。</small>	さば みそ				砂糖					
		だいこんとにんじんのごまずあえ	ツナ		にんじん	大根	砂糖	ごま ごま油			31.5	38.0
		かきたまじる	鶏肉 卵 豆腐		にんじん ねぎ	ねぎ 玉ねぎ えのきたけ	でんぷん					
14金		ソフトめん 牛乳		牛乳			ソフトめん		692	857		
		にくみそかけ	豚肉 大豆 みそ		にんじん ねぎ	ねぎ 玉ねぎ エリンギ 生姜	砂糖 でんぷん					
		かぼちゃコロツケ	鶏肉		かぼちゃ	玉ねぎ	パン粉 小麦粉	油			26.8	33.0
		りんご				りんご						
17月		卒業お祝い給食週間(17日～25日)										
		ごはん 牛乳		牛乳				ごはん		699	858	
		はるまき	豚肉		にんじん いら	キャベツ もやし エリンギ	小麦粉	油 ごま油				
		パンパンジーサラダ	鶏肉			キャベツ きゅうり		油 ドレッシング				
		ちゅうかコーンスープ	ベーコン 豆腐		にんじん ねぎ	ねぎ 玉ねぎ とうもろこし	でんぷん		23.4			27.7
クレープ	豆乳			みかん	砂糖 米粉	油						
18火		きなこあげパン 牛乳	きな粉	牛乳			パン 砂糖	油	628	766		
		ミートソースペンネ	豚肉		にんじん トマト	玉ねぎ エリンギ	ペンネ 砂糖					
		ツナサラダ	ツナ			きゅうり キャベツ		ドレッシング			25.4	29.9



令和7年2月分献立予定表



今年度は町で1食小学生40円、中学生50円を負担して子育て世帯を応援します。

毎月19日は「食育の日～おうちでごはんの日」

武豊町学校給食センター

日付	曜日	こんだてめい	体をつくるものになる食品		体の調子をととのえるものになる食品		エネルギーのものになる食品		小	中		
			1群	2群	3群	4群	5群	6群			エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)
			魚・肉・卵・豆・豆製品	乳製品・小魚・海藻	緑黄色野菜	その他の野菜・果物・きのこ	米・パン・めん・いも・砂糖	油脂・種実				
19	水	むぎごはん	牛乳					麦ごはん		650	830	
		カレー		鶏肉		にんじん	玉ねぎ エリンギ にんにく りんご	じゃがいも	油			
		とんかつのソースかけ		豚肉				パン粉 小麦粉 砂糖 でんぷん	油	25.9	31.9	
		コーンサラダ		ツナ			とうもろこし きゅうり キャベツ	ドレッシング				
20	木	ごはん	牛乳					ごはん		640	820	
		てりやきハンバーグ		鶏肉 豚肉			玉ねぎ	砂糖 でんぷん	油			
		にくじゃが		豚肉 さつま揚げ		にんじん さやいんげん	玉ねぎ こんにゃく	じゃがいも 砂糖	油	25.4	31.0	
		キャベツのゆかりあえ				赤しそ	キャベツ もやし					
21	金	ちゅうかめん	牛乳					中華めん		693	779	
		とんこつラーメンスープ		豚肉		にんじん ねぎ	ねぎ はくさい 玉ねぎ たけのこ とうもろこし					
		とりにくのからあげ		鶏肉				生姜	でんぷん 小麦粉	油	29.9	33.1
		きりぼしだいこんのちゅうかあえ		ツナ		にんじん	切り干し大根 きゅうり	砂糖	ごま油			
		りんごのタルト(小6、中3年のみ)		豆乳		米粉	りんご	砂糖 米粉	油			
25	火	こがたロールパン	牛乳					パン		678	841	
		やきそば		豚肉 ちくわ		青のり	にんじん	キャベツ 生姜 玉ねぎ	焼きそばめん			油
		フランクフルトのケチャップソースかけ		ソーセージ					砂糖 でんぷん	油	27.5	33.1
		フルーツのぶどうゼリーあえ					ぶどう もも パイナップル みかん	砂糖				
26	水	ごこごはん	牛乳					ごはん 大麦 黒米 もちきび 赤米 発芽玄米		665	804	
		いわしのしょうがに		いわし				生姜	砂糖			
		みそおでん		豚肉 うずら卵 揚げポール みそ		昆布	にんじん	大根 こんにゃく	里いも 砂糖		26.7	31.7
		アーモンドあえ		鶏肉		小松菜 にんじん	キャベツ	砂糖	油 アーモンド			
27	木	ごはん	牛乳					ごはん		625	794	
		にくだんごのあんかけ (小4～6こ、中7～8こ)		豚肉 鶏肉			玉ねぎ	でんぷん 砂糖	油			
		ひじきのにももの		鶏肉 さつま揚げ		ひじき	にんじん		砂糖	油	23.9	29.3
		けんちんじる		豆腐 油揚げ		にんじん ねぎ	ねぎ 大根 ごぼう 干し椎茸	里いも でんぷん				
28	金	ごはん	牛乳					ごはん		637	817	
		マーボー豆腐		豆腐 豚肉 大豆 みそ		ねぎ にんじん	ねぎ 玉ねぎ 生姜	砂糖 でんぷん				
		えびしゅうまい(小2こ中3こ)		えび たら			玉ねぎ	パン粉 でんぷん	油	25.0	31.0	
		パインスティック					パイナップル	砂糖				

※物資の都合により、献立を変更する場合があります。 ※加工食品の食材は、主な原料を表記しています。

給食予定回数 18回

給食だより

平均値	654	816
	27.3	33.1
基準値	650	830
	26.0	34.0

感染症に負けない体をつくろう

風邪など感染症の予防には、手洗い・うがいのほかに、規則正しい生活を心がけることが大切です。生活習慣が乱れると免疫機能の低下につながり、体調を崩しやすくなります。早寝・早起きの習慣をつけ、朝・昼・夕の食事をなるべく同じ時間にとるようにしましょう。また、適度な運動は、ストレス解消や睡眠の質の向上につながります。



風邪のときの食事

エネルギーと水分がとれて、体を温めてくれる料理がおすすめです。食材は消化のよいものを選びましょう。吐き気がある場合、食べられないときは、脱水症状を起こさないよう、水分補給をしっかりと行うことが重要です。



2月17日～25日 卒業お祝い給食週間

小学6年生と中学3年生のみなさんにアンケートで答えてもらった「思い出に残っている給食」を取り入れた給食を提供します。卒業まで少しありますが、在校生のみなさんと一緒にお祝いしたいと思います。



冬の牛乳は味が濃い!?

牛乳は毎日給食に出ますが、味の違いを感じたことはありませんか？牛乳は生きている牛から生産されるので、牛の品種や育て方、えさの違いなどによって風味が変わります。また、牛は暑さに弱く、夏は食欲が落ちて水分を多くとるため、乳脂肪分が少ないさっぱりとした味の牛乳になり、秋から春先にかけては、乳脂肪分が多い濃厚な味の牛乳になります。寒くなると、給食では牛乳の残りが多くなりますが、冬ならではの牛乳のおいしさを味わってください。



夏…乳脂肪分が少ない さっぱりとした味



秋から春先…乳脂肪分が多い濃厚な味

【2月に使う地元産の食材】

- 〈武豊町〉 みそ キャベツ 大根 にんじん 白菜
- 〈知多半島〉 小松菜 きゅうり 菜の花 里いも ぼんかん
- 〈愛知県〉 米 牛乳 豚肉 うずら卵