



2月の学校給食献立予定表



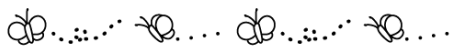
2025年 2月

秩父第一中学校共同調理場

日	曜	主食	牛乳	主菜・副菜	血や肉、骨や歯に なる食品(赤)	からだの調子 を整える食品(緑)	熱や力のもとに なる食品(黄色)	エネルギー kcal	タンパク 質g
					1群・2群	3群・4群	5群・6群		
立春・節分献立									
3	月	バターロール		豆腐と野菜のコンソメスープ 白身魚のバジルフライ ポカポカサラダ	牛乳、豆腐 たら、ツナ	にんじん、玉ねぎ こまつな、ブロッコリー しょうが、キャベツ	バターロール、じゃがいも サラダ油、ごま、上白糖 薄力粉、パン粉、大豆油	759	27.6
4	火	わかめごはん		スタミナスープ 鶏肉の竜田揚げ たくあんあえ	牛乳、豚肉、豆腐、みそ 鶏肉	にんじん、玉ねぎ、だいこん ねぎ、にんにく、しょうが たくあん、キャベツ、きゅうり	わかめごはん、じゃがいも 大豆油、片栗粉、ごま油 ごま、和風ドレッシング	838	38.7
5	水	厚切り食パン		ブラウンシチュー ハムチーズピカタ グリーンサラダ	牛乳、豚肉 ハムチーズピカタ	しょうが、玉ねぎ、にんじん トマト缶、キャベツ、きゅうり ブロッコリー、枝豆	食パン、サラダ油 じゃがいも イタリアンドレッシング	737	30.8
6	木	白飯		ジャージャン豆腐 エビ焼売② 春雨サラダ	牛乳、豚肉、みそ 生揚げ、ハム エビ焼売	しょうが、にんにく、にんじん たけのこ(水煮)、玉ねぎ、ねぎ ピーマン、もやし、きゅうり	白飯、三温糖、サラダ油 片栗粉、ごま油 はるさめ、上白糖、ごま	824	33.4
7	金	白飯		ビビンバの具 ワントンスープ みかん	牛乳、豚肉	にんじん、玉ねぎ、もやし、ねぎ、にんにく しょうが、大豆もやし、ほうれん草 切干大根、白菜キムチ、みかん	白飯、サラダ油 ワンタン、ごま油 上白糖、ごま	771	29.3
植樹祭献立									
10	月	はちみつパン		彩の国シチュー 和風きのこハンバーグ ブロッコリーサラダ	牛乳、鶏肉 ハンバーグ	玉ねぎ、にんじん、しめじ、ねぎ 小松菜、ねぎ、えのき、きゅうり ブロッコリー、キャベツ、とうもろこし	はちみつパン、さつま芋、バター サラダ油、薄力粉、上白糖 片栗粉、玉ねぎドレッシング	813	33.4
12	水	地粉うどん 五目うどん		竹輪の石垣揚げ 塩昆布和え	牛乳、豚肉、なんと 油揚げ、わかめ 竹輪、塩昆布	にんじん、玉ねぎ、ねぎ こまつな、干し椎茸 キャベツ、きゅうり	地粉うどん、薄力粉 黒ごま、大豆油 ごま油、ごま	743	32.8
13	木	白飯		かきたまスープ チーズダッカルビ もやしのナムル	牛乳、卵 鶏肉、チーズ	玉ねぎ、にんじん、きくらげ(乾)、もやし えのき、チンゲン菜、とうもろこし しょうが、にんにく、大豆もやし、こまつな	白飯、片栗粉、三温糖 ごま、ごま油 上白糖、サラダ油	763	32.8
バレンタイン献立									
14	金	チキンライス		冬野菜のポトフスープ ハートコロケ チョコプリン	牛乳、鶏肉	玉ねぎ、にんじん、にんにく しょうが、だいこん れんこん	白飯、サラダ油 じゃがいも、ミートコロケ 大豆油、チョコプリン	823	26.4
17	月	コッペパン		スパゲティナポリタン ウインナー卵巻き キャベツサラダ	牛乳、ハム ウインナー卵巻き 鶏ささ身	にんにく、玉ねぎ キャベツ きゅうり、にんじん	コッペパン スパゲティ、サラダ油 和風ドレッシング	749	29
18	火	白飯		なめこ汁 白身魚のピリ辛ソース ひじきのそぼろ炒め	牛乳、木綿豆腐、油揚げ みそ、たら、鶏肉 干ひじき、卵	にんじん、ねぎ、なめこ こまつな、にんにく しょうが、えだまめ	白飯、大豆油 サラダ油、三温糖 ごま油	793	35
19	水	中華めん 広東麺		揚げ餃子② 棒棒鶏サラダ	牛乳、豚肉、餃子 鶏ささ身	白菜、にんじん、もやし ねぎ、きくらげ(乾) しょうが、キャベツ	中華めん、サラダ油 片栗粉、大豆油 はるさめ、上白糖	717	29.4
20	木	白飯		肉じゃが 納豆 磯香あえ	牛乳、豚肉 彩の国納豆、のり	玉ねぎ、にんじん いんげん、ほうれんそう もやし	白飯、サラダ油 じゃがいも、しらたき 三温糖	759	30.9
21	金	白飯 チキンカレー		ハムと大根のサラダ チーズ	牛乳、鶏肉 ハム、チーズ	しょうが、にんにく、玉ねぎ にんじん、レモン キャベツ、きゅうり、大根	白飯、サラダ油 じゃがいも、上白糖	752	28.2
受験応援献立									
25	火	白飯		白菜のみそ汁 いわしのみぞれ煮 きんぴら大豆 いよかんゼリー	牛乳、木綿豆腐、油揚げ みそ、いわしのみぞれ煮 竹輪、大豆	玉ねぎ、にんじん、ねぎ 白菜、ごぼう、れんこん	白飯、こんにゃく サラダ油、三温糖	795	30.0
27	木	白飯		野菜のきつね煮 かまぼこのみりん焼き② ごまあえ	牛乳、油揚げ、鶏肉 木の葉かまぼこ、みそ	にんじん、ほうれんそう キャベツ	白飯、じゃがいも こんにゃく、三温糖 サラダ油、上白糖、ごま	764	28.8
28	金	白飯		ABCスープ タンドリーチキン ごぼうサラダ	牛乳、ベーコン 鶏肉、干ひじき	玉ねぎ、にんじん、キャベツ ごぼう、れんこん さやいんげん	白飯、マカロニ ごま ごまドレッシング	759	30.8

- ◆材料の入荷等の都合により、献立の一部が変更になる場合があります。ご了承ください。
- ◆給食に関係する行事については、各学校のおたよりで、確認してください。
- ◆秩父第一中学校、秩父第二中学校、影森中学校、高篠中学校共通の献立表です。

2025年の節分は？



今年の節分は、2月2日(日)、恵方は西南西(やや西)です。
節分を過ぎると暦の上では春ですが、まだまだ寒い日が続きます。体調を崩さないように、栄養バランスのよい食事と、手洗い・うがいを心がけて、元気に過ごしましょう。



5月25日(日)に秩父ミュージックパークで、「全国植樹祭」が開催されます。天皇皇后両陛下をお迎えして、木を植えたり、森の大切さを改めて学ぶ大きな行事です。

2月14日は植樹祭まで残り100日となります。給食では「植樹祭献立」を実施します。自然とのつながりや、食材への感謝を感じながらいただきます。