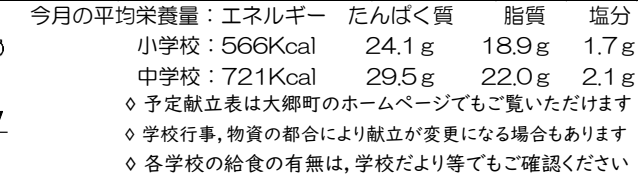
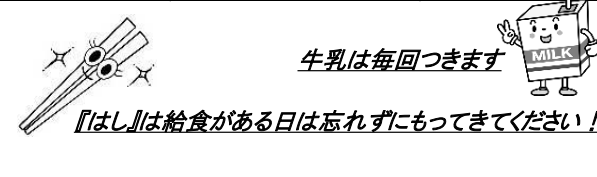




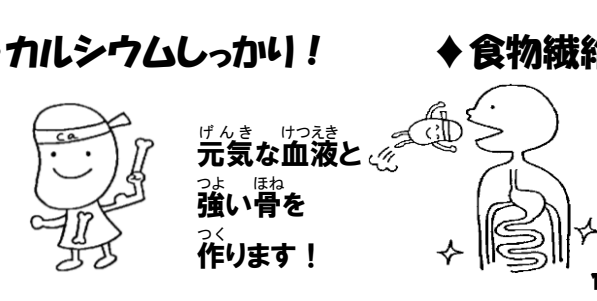
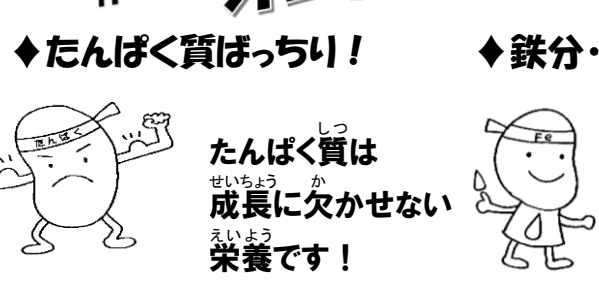
2月の予定献立表				使用する材料			給食が 休みの 学校・学年 連絡等	栄養価	
令和7年度 大郷町学校給食センター				◆◆◆ 太字の食材は大郷町産、二重下線の食材は宮城県産です ◆◆◆				エネルギーKcal	たんぱく質g
日	曜	主 食	献 立 名	血や肉になる 赤色の食品	体の調子整える 緑色の食品	熱や力になる 黄色の食品		脂質g	
2	月	ごはん	チンジャオロースー 春雨サラダ 中華みそ野菜スープ 	牛乳 豚肉 なんと	たけのこ ピーマン パプリカ きゅうり もやし にんじん キャベツ <u>チンゲンサイ</u> <u>ねぎ</u>	ごはん ごま油 三温糖 春雨 上白糖	中学3年	550 19.0 14.8	703 23.1 16.7
3	火	ごはん	たいとたらのチリソース 五目豆 けんちん汁 いよかんゼリー 	牛乳 たい たら 鶏肉 大豆 絹揚げ	ねぎ ごぼう にんじん えだ豆 だいこん	ごはん 大豆油 でん粉 ごま油 上白糖 米油 三温糖 里芋 ゼリー		554 21.9 17.3	703 26.4 20.0
いよいよ開幕！！ ミラノ・コルティナ 2026冬季オリンピック				2026冬季 オリンピック（2月6日～22日）/パラリンピック（3月6日～15日）が イタリア北部の都市ミラノとコルティナ・ダンペッツォで開催されます 開催国イタリア発祥の料理をアレンジして給食にします！					
4	水	フォカッチャ *イタリアの平たいパン	カルツォーネ *ピザ生地を三日月型に折りたたんで具材を包む包み焼きピッツァ ボンゴレピアンコ イタリア語で「ボンゴレ」=あさり、「ピアンコ」=白 *あさを白ワインで蒸し上げてそのだしで作るパスタ料理。 ズッパ・ディ・レグーミ イタリア語で「ズッパ」=スープ、「レグーミ」=豆 *豆を煮込んだスープ。	牛乳 鶏肉 あさり ひよこ豆 レンズ豆 いんげん豆 ベーコン	トマト たまねぎ こねぎ にんじん	フォカッチャ 小麦粉 大豆油 米油 スパゲティ ジャがいも		589 26.9 18.7	704 31.3 21.5
5	木	ごはん	和風おろしハンバーグ マカロニサラダ 白菜と豆腐のみそ汁	牛乳 豚肉 鶏肉 魚肉ソーセージ 豆腐	だいこん きゅうり コーン にんじん はくさい <u>ねぎ</u>	ごはん 上白糖 マカロニ マヨネーズ		579 18.3 23.9	741 21.6 27.8
6	金	ごはん	たまご焼き甘酢あんかけ ブロッコリーのごまあえ すき焼き風煮	牛乳 鶏卵 豚肉 豆腐	ブロッコリー 干しいたけ はくさい <u>ねぎ</u>	ごはん 三温糖 でん粉 ごま 米油 上白糖 <u>油麩</u>		520 25.5 17.1	707 33.7 22.0
9	月	ごはん	ぎょうぎ（小2中3） 小松菜の中華あえ マーボー豆腐	牛乳 豚肉 豆腐	小松菜 もやし にんじん たけのこ 干しいたけ にら <u>ねぎ</u>	ごはん 小麦粉 ごま油 上白糖 ごま 米油 でん粉		584 22.7 16.6	779 28.4 19.2
10	火	ごはん	ほっけのレモン焼き 切り干しだいこんのキムチ炒め もやしのみそ汁	牛乳 ほっけ 豚肉 油揚げ	たまねぎ にら 切り干しだいこん もやし <u>ねぎ</u>	ごはん ドレッシング ごま油 ジャがいも		545 28.0 20.5	704 34.3 23.7
12	木	ごはん	ちくわの磯辺天ぷら くきわかめサラダ 大郷みそカレーうどん 	牛乳 ちくわ くきわかめ 鶏肉 豚肉	きゅうり コーン たまねぎ にんじん 干しいたけ <u>ねぎ</u>	ごはん 小麦粉 大豆油 ごま 米油 うどん		572 21.4 17.9	718 25.2 19.5
13	金	ごはん	豚肉と野菜のみそ炒め 春雨スープ フルーツ杏仁ミックス	牛乳 豚肉 かまぼこ	たまねぎ <u>ねぎ</u> ピーマンパプリカ キャベツにんじん たけのこもやし 小松菜 パインアップル みかん	ごはん ごま油 三温糖 春雨 ゼリー 杏仁豆腐	中学校	542 21.5 14.8	
16	月	ごはん	中華そばろ 小松菜ともやしのおひたし 豆腐とわかめのみそ汁	牛乳 豚肉 大豆 豆腐 わかめ	たけのこ 干しいたけ ピーマン パプリカ <u>小松菜</u> もやし だいこん <u>ねぎ</u>	ごはん ごま油 上白糖 ジャがいも		549 33.9 17.1	704 41.2 19.7
17	火	ごはん	太刀魚フライ（ソース） 昆布ともやしのおかかあえ だまこもち汁 	牛乳 たちうお 昆布 かつお節 鶏肉	にんじん きゅうり もやし はくさい ごぼう まいたけ <u>ねぎ</u> <u>せり</u>	ごはん パン粉 大豆油 上白糖 だまこもち		550 19.2 17.5	707 23.2 20.2
18	水	米粉入食パン 気仙沼産 ブルーベリージャム	タンドリーチキン ブロッコリーとキャベツのサラダ トマトのクリームスープ	牛乳 鶏肉 ベーコン 生クリーム	ブロッコリー キャベツ コーン たまねぎ トマト にんじん	パン <u>ジャム</u> ドレッシング バター ジャがいも マカロニ		584 24.8 23.4	730 29.4 27.7
19	木	ごはん	かつおのごまみそ煮 昆布とごぼうの炒め煮 にらたま汁	牛乳 かつお 昆布 豚肉 鶏卵 豆腐	豆もやし ごぼう にんじん えのきたけ にら	ごはん でん粉 大豆油 三温糖 ごま 米油 上白糖		547 29.5 16.2	711 30.6 17.2
20	金	ごはん	豚肉と野菜のみそ炒め 春雨スープ フルーツ杏仁ミックス	牛乳 豚肉 かまぼこ	たまねぎ <u>ねぎ</u> ピーマンパプリカ キャベツにんじん たけのこもやし 小松菜 パインアップル みかん	ごはん ごま油 三温糖 春雨 ゼリー 杏仁豆腐	小学校		711 30.6 17.2
24	火	ごはん	さばの照り焼き きんぴらごぼう 油麩汁	牛乳 さば 豚肉 豆腐	ごぼう にんじん えだ豆 だいこん はくさい 干しいたけ <u>ねぎ</u>	ごはん 米油 上白糖 ごま ごま油 <u>油麩</u>		584 24.0 23.9	719 27.8 25.5
25	水	米粉パン	チリコンカン キャベツとフランクフルトのスープ キャラメルポテト	牛乳 豚肉 大豆 フランクフルト 生クリーム	たまねぎ トマト にんじん キャベツ	パン 米油 ジャがいも 大豆油 バター 三温糖 さつまいも		627 25.1 27.3	758 30.3 32.5
26	木	大郷産 『ゆうだい21』 ごはん	メンチカツ（ソース） ほうれんそうのナムル 豚汁	牛乳 鶏肉 豚肉 豆腐	ほうれんそう もやし にんじん だいこん ごぼう <u>ねぎ</u>	ごはん パン粉 大豆油 上白糖 ごま ごま油 米油 ジャがいも		570 28.4 18.4	741 35.4 21.4
27	金	ごはん	ビーンズカレー だいこんとツナのサラダ ヨーグルト 	牛乳 豚肉 大豆 まぐろ水煮 <u>ヨーグルト</u>	たまねぎ にんじん トマト えだ豆 だいこん きゅうり	ごはん 米油 ジャがいも ドレッシング		573 19.4 17.2	721 23.5 19.8



今月の平均栄養量：エネルギー たんぱく質 脂質 塩分
小学校：566Kcal 24.1g 18.9g 1.7g
中学校：721Kcal 29.5g 22.0g 2.1g
◇ 予定献立表は大郷町のホームページでもご覧いただけます
◇ 学校行事、物資の都合により献立が変更になる場合もあります
◇ 各学校の給食の有無は、学校により等でもご確認ください



まめ からだ つよ えいよう
豆には 体を強くする栄養がいっぱい！
まめ た からだ なか おにたいじ
豆を食べて体の中の鬼退治！



◆たんぱく質ばっちり！ ◆鉄分・カルシウムしっかり！ ◆食物繊維たっぷり！

たんぱく質は
せいちょう
成長に欠かせない
栄養です！

げんき けつえき
元気な血液と
つよ ほね
強い骨を
つく
作ります！

うようないかんきよう
腸内環境バッチリ！
いらい ていこうよく
体の抵抗力アップ！

ちい おお
小さくても大きなパワー

だいず