



学校給食予定献立表

令和7年2月小・中学校


鶴ヶ島市学校給食センター

日	曜	献立名			主な食品名			栄養価(小学校)		栄養価(中学校)		
		主食	飲料	おかず	赤のたべもの (体を作るもの)	黄色のたべもの (熱や力のもとになるもの)	緑のたべもの (体の調子をととのえるもの)	エネルギー (キロカロリー)	たんぱく質 (グラム)	エネルギー (キロカロリー)	たんぱく質 (グラム)	
3	月	酢めし	牛乳	すまし汁 節豆 (小)いわしの梅煮 (中)いわしの梅大葉フライ 五目ちらしの具	牛乳 豆腐 かまぼこ (小)いわしの梅煮 (中)いわしの梅大葉フライ 鶏肉 油揚げ 大豆	ごはん 油 砂糖	★にんじん えのきたけ ほうれんそう ★根深ねぎ ごぼう かんぴょう こんにゃく 乾しいたけ えだまめ	685	30.8	867	35.9	
4	火	子どもパン スライス	コーヒー ミルク	ジュリエンスープ (小)若鶏の唐揚げ甘辛ソース (中)ハンバーグのケチャップソースかけ 小松菜とツナのサラダ (中)スライスチーズ	牛乳 豚肉 (小)鶏肉 まぐろ油揚げ (中)チーズ (中)ハンバーグ	パン 砂糖 (小)でん粉 油	★にんじん たまねぎ キャベツ しょうが もやし こまつな (中)にんにく	649	28.1	851	38.1	
5	水	地粉うどん	牛乳	カレー南蛮 ごぼうサラダ バナナのスティックケーキ	牛乳 豚肉 油揚げ	地粉うどん 小麦粉 でん粉 砂糖 油 バナナのスティックケーキ	★にんじん たまねぎ ★根深ねぎ ほうれんそう ごぼう とうもろこし キャベツ きゅうり	658	25.8	829	32.6	
6	木	ごはん	牛乳	水菜のかきたま汁 おろし焼肉 ぼんかん	牛乳 鶏肉 豆腐 鶏卵 豚肉	ごはん でん粉 油 砂糖	★にんじん たまねぎ みずな ★根深ねぎ しょうが にんにく りんご缶詰 ピーマン ★だいこん キャベツ ぼんかん	640	30.7	774	37.1	
7	金	ごはん	牛乳	豚肉と生揚げの中華煮 (小)えびシューマイ (中)揚げぎょうざ 香味和え	牛乳 豚肉 生揚げ (小)えびシューマイ (中)ぎょうざ	ごはん 油 じゃがいも でん粉 ごま 砂糖	★にんじん たまねぎ だいこん ピーマン しょうが にんにく きゅうり もやし こまつな	678	27.9	883	34.0	
10	月	ごはん	牛乳	春雨スープ (小)揚げぎょうざ (中)えびシューマイ チンチャオロウスー	牛乳 鶏肉 豆腐 (小)ぎょうざ 豚肉 (中)えびシューマイ	ごはん 油 はるさめ でん粉	にんじん えのきたけ チンゲンサイ しょうが にんにく たけのこ ピーマン 赤ピーマン	670	27.8	814	36.2	
12	水	ごはん	牛乳	ハヤシライス (小)たこメンチカツ (中)あじフリッター(焼) バジル風味のサラダ	牛乳 豚肉 クリーム (小)たこメンチカツ 鶏肉 (中)あじフリッター	ごはん 油 じゃがいも 小麦粉 砂糖	★にんじん たまねぎ にんにく ★トマト ブロッコリー キャベツ きゅうり	699	26.1	832	30.9	
13	木	ごはん	牛乳	さつまいもみそ汁 (小)おろしハンバーグ (中)メンチカツ ほうれん草のごま和え	牛乳 豆腐 みそ (小)ハンバーグ (中)メンチカツ	ごはん ★さつまいも 砂糖 (中)油 ごま (小)でん粉	★だいこん ★根深ねぎ こまつな ほうれんそう ★にんじん もやし	667	26.0	799	27.5	
14	金	ツイスト パン	牛乳	シエルマカロニと野菜のスープ (小)ハートのコロッケ (中)ハートのハンバーグ カラフルサラダ チョコプリン	牛乳 豚肉 ベーコン (中)ハートのハンバーグ	パン マカロニ 砂糖 油 チョコプリン (小)ハートのコロッケ	たまねぎ にんじん キャベツ とうもろこし ブロッコリー きゅうり レモン	707	24.0	876	35.1	
17	月	ごはん	牛乳	豚汁 (小)さばの辛味焼き (中)野菜コロッケ ひじきごはんの具	牛乳 豚肉 豆腐 みそ ひじき 油揚げ (小)さばの辛味漬	ごはん 油 ★さといも (中)野菜コロッケ 砂糖	★にんじん ごぼう こんにゃく ★根深ねぎ 乾しいたけ たけのこ	710	32.4	856	33.9	
18	火	黒パン	牛乳	ラビオリスープ 鶏肉のパーベキューソース炒め フルーツポンチ	牛乳 鶏肉 みそ ひじき 油揚げ	パン ラビオリ 油 砂糖 みかんゼリー レモンゼリー	★にんじん たまねぎ もやし ★根深ねぎ とうもろこし ピーマン もも缶詰 りんご缶詰 西洋なし缶詰 ナタデココ	617	26.6	795	33.7	
19	水	中華めん	牛乳	担々麺 (小)鶴茶春巻 (中)彩の国肉まん 春雨サラダ	牛乳 鶏肉 豚肉 みそ ハム	中華めん 油 砂糖 ごま でん粉 はるさめ (小)鶴茶春巻 (中)彩の国肉まん	★にんじん にんにく しょうが ★根深ねぎ たけのこ こまつな 乾しいたけ (小)★せん茶 もやし ほうれんそう きゅうり	606	25.8	800	35.4	
20	木	ごはん	牛乳	鶴茶すいとん (小)照焼きチキン (中)がんす キャベツときゅうりの和え物	牛乳 鶏肉 油揚げ わかめ (中)がんす	ごはん じゃがいも すいとん 油 砂糖 (小)でん粉	★にんじん ★だいこん ★抹茶 こまつな きゅうり キャベツ	664	27.3	868	31.4	
21	金	ごはん	牛乳	米粉ポークカレー (小)たこナゲット(焼) (中)たこナゲット フレンチサラダ アセロラゼリー	牛乳 豚肉 たこナゲット	ごはん 油 じゃがいも 砂糖 米粉 アセロラゼリー	★にんじん にんにく しょうが セロリー たまねぎ りんご缶詰 ★トマト キャベツ きゅうり 赤ピーマン とうもろこし	696	25.5	894	33.4	
25	火	フラワー ロール	牛乳	米粉コーンスープ (小)がんす (中)照焼きチキン イタリアンサラダ	牛乳 鶏肉 脱脂粉乳 (小)がんす ハム	パン じゃがいも 砂糖 米粉 (中)でん粉 油	たまねぎ とうもろこし キャベツ きゅうり 赤ピーマン	666	26.5	808	35.6	
26	水	ごはん	牛乳	芋煮 キャベツと豚肉のみそ炒め 豆乳プリンの米粉タルト	牛乳 豚肉 豆腐 みそ	ごはん 油 ★さといも 砂糖 豆乳プリンの米粉タルト	★にんじん ごぼう こんにゃく ★だいこん ★はくさい にんにく キャベツ ピーマン	688	25.6	814	31.1	
27	木	ごはん	牛乳	団子汁 鶏ごぼう丼の具 清見	牛乳 かまぼこ 鶏肉	ごはん だまご餅 砂糖	★にんじん だいこん えのきたけ ★根深ねぎ ほうれんそう しょうが ごぼう こんにゃく たまねぎ 清見	632	25.0	763	30.1	
28	金	山型食パン	牛乳	ミートボールのハンガリー風煮 (小)あじフリッター(焼) (中)若鶏の唐揚げ キャベツとブロッコリーのサラダ いちごジャム	牛乳 ミートボール 脱脂粉乳 クリーム (中)鶏肉 (小)あじフリッター	パン 油 じゃがいも 砂糖 いちごジャム (中)でん粉	にんじん にんにく たまねぎ ★トマト とうもろこし キャベツ ブロッコリー (中)しょうが	614	24.1	912	36.7	
小学校18回 中学校18回		献立は材料の関係で若干の変更または提供ができないことがあります。					平均栄養価		664	27.0	835	33.8

備考 主食(つけるものは除く)、飲料、◎は、学校配送になります。★印のついた食品は、その全て、または一部に鶴ヶ島産のものを使用する予定です。

<p>◆学校給食費口座振替日のお知らせ◆ 2月分は2月28日(金)です。</p>	<p>◆学校給食食材の放射性物質検査結果◆ 11月20日から12月18日までに10検体の測定を行い、鶴ヶ島市が定める放射性セシウムの基準(給食食材40Bq/kg、牛乳10Bq/kg)を超える値は計測されませんでした。なお、検査結果の詳細は、市のホームページに掲載しています。</p>
--	---

学校給食を
試食してみませんか?



まちづくり市民講座から学校給食センター
の見学と試食を申込みできます。

市ホームページよりお申込みください。
(市HP まちづくり市民講座)

問合せ先 : 学校給食センター 285-6596

自由設計で叶える、世界でひとつだけのマイホーム

BREEZE GARDEN

私たち大成住宅は、
大成シティFC坂戸
を応援しています。

大成シティフットボールチームによるサッカー教室開催中です
※お気軽にお問い合わせください

お子様向けの



株式会社 大成住宅

鶴ヶ島市富士見2-11-8
0120-52-1777

広告募集中

(1枠 5,000円/月)

お問合せ
鶴ヶ島市学校給食センター

電話 049(285)6596