



令和7年度

2月分

給食献立予定表



宇都宮市立篠井小學校

ひ づ け 日 付	こ ん だ て 献 立 名	エ ネ ル ギ ー (Kcal) たんぱく質 (g) 脂質(g)	ひ と く ち メ モ ランチルーム	お も ぎ ざ い り ょ う					
				あ か (赤)	みどり (緑)	き (黄)			
				ち 血やにくになる	からだがちようし 体の調子をととのえる	ちからあつ 力や熱のもとになる			
2 (月)	せきはん しお とりにく こうみや 赤飯 ごま塩 鶏肉の香味焼き おひたし KOYOLしもつかれ 牛乳	657 24.9 20.1	はつまつ 初午のひ 献立	とりにく 鶏肉 ぎゅうにゅう 牛乳 だ い ず	きざみあげ さけ	キャベツ しょうが にんにく	もやし にんじん だいこん	こめ さといも	おぎ もち米
3 (火)	むぎい 麦入りごはん いわしのごま味噌煮 牛乳 はくさい しお あ みそ じろ ふくめ 白菜の塩こんぶ和え 味噌けんちん汁 福豆	680 29.2 22.4	せつぶん 節分 献立	いわし みそ	とうふ 豆腐 ふくめ 福豆	だいこん にんじん こまつな	ごぼう はくさい	こめ さといも ごま油	おぎ サラダ油
4 (水)	コッペパン いちごミックスジャム ナポリタン ゆで野菜(イタリアンドレッシング) 牛乳	604 21 17.8		ぶたにく 豚肉 ぎゅうにゅう 牛乳	たまねぎ ピーマン マッシュルーム 強力粉 サラダ油	キャベツ もやし	小まぎ 小麦粉 きよりき 強力粉	こめ さといも ごま油	おぎ サラダ油
5 (木)	むぎい 麦入りごはん セルフピビンパ丼 たんたんはるさめ ぎゅうにゅう 坦々春雨スープ 牛乳	629 25.1 20.7		ぶたにく 豚肉 みそ	ぎゅうにゅう 牛乳 だいず 大豆ミート	にんじん もやし しめじ ねぎ	ほうれん草 エ/キタケ はくさい にう	こめ ごま油 さとう	おぎ サラダ油
6 (金)	むぎい 麦入りごはん なまあ ぶたにく とうぼんにゃんた 生揚げと豚肉の豆板醤炒め はくさい ぎゅうにゅう 白菜スープ 牛乳	607 23.7 20		ぶたにく 豚肉 なまあ 生揚げ	ぎゅうにゅう 牛乳	ねぎ はくさい	にんじん さやいんげん しいたけ	こめ ごま油	おぎ サラダ油
9 (月)	むぎい 麦入りごはん チキンカツ ポイルキャベツ だいこんい やさい 大根入り野菜スープ 牛乳	628 28.6 16.7		とりにく 鶏肉 たまご	ぎゅうにゅう 牛乳 こな 粉チーズ ベーコン	キャベツ たまねぎ にんじん	もやし だいこん セロリー	こめ 小麦粉	おぎ パン粉
10 (火)	むぎい 麦入りごはん シューマイ パンサンスウ チャーシュー豆腐 牛乳	706 27.4 22.2		ぶたにく 豚肉 なまあ 生揚げ	ぎゅうにゅう 牛乳 みそ	キャベツ にんじん しいたけ	もやし たまねぎ こまつな	こめ 小麦粉 ごま油	おぎ さとう サラダ油
12 (木)	むぎい 麦入りごはん あじの南蛮漬け ごま和え たら卵汁 牛乳	658 28.4 21.2		あじ ぎゅうにゅう 牛乳	たまご	たまねぎ にんじん にう	もやし キャベツ ほうれん草	こめ でん粉 さとう	おぎ サラダ油
13 (金)	むぎい 麦入りごはん ポークカレー 牛乳 やさい あお ゆで野菜(青じそドレッシング) チョココレーフ	710 20 21.2	バレン タイン 献立	ぶたにく 豚肉 こな 粉チーズ	ぎゅうにゅう 牛乳 だいず 大豆	たまねぎ にんじん にんにく	もやし キャベツ グリーンピース	こめ とうもろこし じゃがいも サラダ油	おぎ さとう
16 (月)	むぎい 麦入りごはん あ さかな やさい わふうあ 揚げ魚と野菜の和風和え みそじる ぎゅうにゅう 味噌汁 牛乳 ひじきぱっぱ	663 25.6 19.8		たら きざみ揚げ ひじき	ぎゅうにゅう 牛乳 みそ	たまねぎ ピーマン しいたけ	にんじん もやし にんにく	こめ でん粉 さとう	おぎ サラダ油 じゃがいも
17 (火)	むぎい 麦入りごはん とりにく みそや 鶏肉のごま味噌焼き きりぼしだいこん に おひたし 切干大根の煮つけ 牛乳	521 16.2 11		とりにく 鶏肉 みそ	ぎゅうにゅう 牛乳 さつま揚げ	ほうれん草 にんじん	もやし き ぼ だいこん 切り干し大根	こめ さとう	おぎ サラダ油



令和7年度 2月分 給食献立予定表



宇都宮市立篠井小学校

日付	献立名	エネルギー (Kcal) たんぱく質 (g) 脂質(g)	ひとくちメモ ランチルーム	おもなざいりょう		
				あか (穀)	みどり (緑)	き (黄)
				ち 血やにくになる	からだちようし 体の調子をととのえる	ちからわつ 力や熱のもとになる
18 (水)	きなこ揚げパン 野菜とウインナーのスープ煮 ゆで野菜(和風ごま醬油ドレッシング) 牛乳	664 22.2 26.5		ウインナー きな粉 牛乳	キャベツ にんじん たまねぎ パセリ	小麦粉 強力粉 サラダ油 さとう
19 (木)	麦入りごはん 鶏肉のチリソースかけ 華風サラダ 大根スープ 牛乳	660 27.4 18.6		鶏肉 牛乳	ほうれん草 もやし にんじん たまねぎ セロリー だいこん ねぎ しょうが	こめ おぎ サラダ油 ごま油 でん粉 さとう
20 (金)	わかめごはん おでん からしあえ 牛乳	560 22 12.3		さつま揚げ ちくわ ウインナー いかボール	にんじん はくさい だいこん もやし こまつな	こめ おぎ じゃがいも
24 (火)	麦入りごはん トマトハヤシライス りんごゼリー ゆで野菜(手作りフレンチドレッシング) 牛乳	665 22 22.8	みや 宮っ子 ランチ 	豚肉 牛乳 豚肉 牛乳 豚肉 牛乳	たまねぎ にんじん しめじ トマト キャベツ もやし ほうれん草 りんご	こめ おぎ サラダ油 バター 米粉 とうもろこし
25 (水)	コッペパン ソフトチョコ マカロニグラタン キャベツのスープ 牛乳	669 28.3 25.7		鶏肉 牛乳 豚肉 牛乳 ベーコン	たまねぎ グリンピース にんじん キャベツ	小麦粉 強力粉 ほしのパスタ 米粉 サラダ油 マーガリン
26 (木)	麦入りごはん メンチカツ ボイルキャベツ 豆腐の中華スープ 牛乳 中濃ソース	653 23.2 21.4		豚肉 鶏肉 牛乳 豆腐 たまご	キャベツ にんじん ねぎ	こめ おぎ サラダ油 でん粉 ごま油 パン粉 小麦粉
27 (金)	麦入りごはん モロのみそマヨネーズ焼き 磯辺あえ 五目きんぴら 牛乳	633 30.1 16.9		もろ 牛乳 みそ さつま揚げ 豚肉 のり	もやし ごぼう キャベツ にんじん だいこん ほうれん草	こめ おぎ さとう サラダ油 マヨネーズ

給食回数18回(米飯15回、小麦パン3回)

小学校(中学年)の目標摂取量は、エネルギー 650Kcal たんぱく26.0g 脂質18.1g

今月の平均摂取量は、エネルギー643Kcal たんぱく25.0g 脂質19.6g

※食材やその他の関係により、献立が変更になる場合がありますので、ご了承ください。

の農産物とお米は篠井産、パンは宇都宮産小麦100%使用、牛乳は栃木県産です。

放射性物質検査の結果報告令和7年1月26日に検査した結果、栃木県産こめ は下限値未満 でした。