



れいわねんど

がつぶん

きゅうしょくこんだてよていひょう

令和7年度 2月分 給食献立予定表

うつのみやしりつしいしょうがっこう
宇都宮市立篠井小学校

ひづけ 日付	こん だて めい 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 献立	おもなさいりょう					
				あか (赤)	みどり (緑)	き (黄)			
				ち ゃにくになる	からだちょう 体の調子をととのえる	ちからねつ 力や筋のもとになる			
2(月)	せきはん 赤飯 ごま塩 鶏肉の香味焼き おひたし KOYOしもつかれ 牛乳	657 24.9 20.1	はつま 初牛の日 献立	とりにく 鶏肉 牛乳 だいばず	きざみ揚げ さけ	キャベツ しょうが にんにく	もやし にんじん たいこん	こめ さといも だいこん	むぎ ごめ もち米
3(火)	とうがい 麦入りごはん いわしのごま味噌煮 牛乳 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 こんどて 献立	いわし みそ	とうふ 豆腐 ふくまめ 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 あぶら	むぎ サラダ油 ごま油
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 にんじん キャベツ	ピーマン マッシュルーム もやし	こむぎこ 小麦粉 きなこ 強力粉	パスタ あぶら サラダ油
5(木)	むぎい 麦入りごはん セルフピビンバ丼 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 だいす 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 にら	こめ あぶら ごま油	むぎ あぶら サラダ油
6(金)	むぎい 麦入りごはん 生揚げと豚肉の豆板醤炒め 白菜スープ 牛乳	607 23.7 20		ぶたにく 豚肉 生揚げ	ぎゅうにゅう 牛乳	ねぎ にんじん たけのこ しょうが	はくさい さやいんげん しいたけ	こめ ぶん でん粉 ごま油	むぎ あぶら 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 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 こむぎこ 小麦粉	むぎ 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 チャーシュ豆腐 牛乳	706 27.4 22.2		ぶたにく 豚肉 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 こむぎこ 小麦粉 ごま油	むぎ さとう あぶら 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 にら卵汁 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 にら	もやし キャベツ ほうれん草	こめ ぶん でん粉 さとう	むぎ あぶら サラダ油
13(金)	むぎい 麦入りごはん ポークカレー 牛乳 ゆで野菜(青じそドレッシング) チョコクレープ	710 20 21.2	バレン タイン こんどて 献立	ぶたにく 豚肉 こな 粉チーズ	ぎゅうにゅう 牛乳 だいす 大豆	たまねぎ にんじん にんにく	もやし キャベツ グリンピース	こめ とうもろこし セロリー	むぎ じゃかいも あぶら サラダ油
16(月)	むぎい 麦入りごはん 揚げ魚と野菜の和風和え 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 ぶん でん粉 さとう	むぎ あぶら サラダ油 じゃかいも
17(火)	むぎい 麦入りごはん とりにく 鶏肉のごま味噌焼き 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 あ	ほうれん草 にんじん きりしん大根	もやし だいこん さとう	こめ むぎ	あぶら サラダ油



れいわねんど

がつぶん

きゅうしょくこんだてよていひょう

令和7年度 2月分 給食献立予定表

うつのみやしりつしのいしょうがつこう
宇都宮市立篠井小学校

ひづけ 日付	こん だて めい 献立名	エネルギー (kcal) たんぱく質 (g) 脂質(g)	ひとくちメモ ランチーム	おもなざいりょう		
				あか (赤)	みどり (緑)	(黄)
				ち 血やにくになる	からだちょうし 体の調子をととのえる	ちからねつ 力や熱のもとになる
18(水)	きなこ揚げパン やさい野菜とウインナーのスープに ゆで野菜(和風ごま醤油ドレッシング)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	こむぎこ 小麦粉 あぶら サラダ油 さとう
19(木)	むぎい 麦入りごはんとりにく鶏肉のチリソースかけ 華園サラダ 大根スープ牛乳	660 27.4 18.6		とりにく 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 むぎ あぶら サラダ油 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		さつき揚げ 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 むぎ じゃがいも
24(火)	むぎい 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		ぶたにく 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 むぎ あぶら サラダ油 こめこ 米粉 とうもろこし
25(水)	コッペパン フロートチョコ マカロニグラタン キャベツのスープ 牛乳	669 28.3 25.7		とりにく 鶏肉 牛乳 だっこふんにゅう 脱脂粉乳 べーコン	たまねぎ クリンピース にんじん キャベツ	こむぎこ 小麦粉 こめこ 米粉 あぶら サラダ油 マーガリン
26(木)	むぎい 麦入りごはん メンチカツ ポイルキャベツ 豆腐の中華スープ 牛乳 中濃ソース	653 23.2 21.4		ぶたにく 豚肉 牛乳 牛乳 たまご	とうふ 豆腐 キャベツ にんじん ねぎ	こめ むぎ あぶら サラダ油 でん粉 ごま油 こむぎこ 小麦粉
27(金)	むぎい 麦入りごはん モロのみぞマヨネーズ焼き 磯辺あえ 五目さんぴら 牛乳	633 30.1 16.9		もろ みぞ ぶたにく 豚肉 牛乳	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 むぎ 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。