

2月 給食カレンダー

2025年 土幌町学校給食センター

献立は都合により変更になる場合があります。

《今月の平均栄養価》

【小学校】

エネルギー：651kcal たんぱく質：24.9g
脂 質：21.4g 食塩相当量：2.8g

【中学校】

エネルギー：764kcal たんぱく質：28.3g
脂 質：23.2g 食塩相当量：3.4g

日	献立名			食べ物のはたらき		
	主食	牛乳	おかず	血や肉になる	熱や力の元になる	体の調子を整える
3 (月)	ごはん	○	みそ汁(白菜・人参) さばの塩焼き ★春雨サラダ	牛乳, みそ, さば, ハム	ごはん, 春雨, さとう, ごま油, 油	白菜, 人参, きゅうり, コーン
4 (火)	★チョコチップパン	○	★しほろ牛のビーフシチュー コーンフライ ★ごぼうサラダ <small>しほろ牛は、「土幌町肉牛振興会」さんよりいただきました</small>	牛乳, 牛肉(しほろ牛), チーズ, ハム	チョコチップパン, バター, 油	玉ねぎ, 人参, しめじ, コーン, ごぼう, きゅうり
5 (水)	★中華丼	○	★フルーツポンチ	牛乳, 豚肉, いか	ごはん, 油, でん粉, ごま油	白菜, 玉ねぎ, 人参, たけのこ, ピーマン, きくらげ, みかん, りんご, なし
6 (木)	とん汁うどん	○	★いももち(たれ) 白菜のおかか和え	牛乳, 豚肉, 赤みそ, かつおぶし	うどん, ごま油, じゃがいも, 油, さとう, でん粉	玉ねぎ, 大根, 人参, しめじ, 長ねぎ, ごぼう, 白菜, 小松菜
7 (金)	ごはん	○	みそ汁(きゃべつ・昆布) ★チーズはんぺんフライ 大根のカレーそば煮	牛乳, 昆布, みそ, はんぺん, チーズ, 鶏肉	ごはん, 油, さとう, でん粉	きゃべつ, 大根, 人参
10 (月)	★わかめごはん	○	★さつまいも汁 いわしの生姜煮 きゅうりもみ	牛乳, わかめ, 豚肉, みそ, いわし, ちくわ	ごはん, さつまいも	玉ねぎ, 人参, きゅうり
11 (火)	建国記念の日					
12 (水)	ごはん	○	みそ汁(玉ねぎ・わかめ) 土幌の野菜コロツケ 白菜の梅かつお和え	牛乳, わかめ, みそ, かつおぶし	ごはん, じゃがいも, 油	玉ねぎ, 人参, 白菜, 小松菜, うめ
13 (木)	ちゃんぽんめん	○	たこでたこ焼き カラフルサラダ	牛乳, つと, 豚肉, たこ, まぐろツナ	ラーメン, ドレッシング	白菜, 人参, チンゲンサイ, たけのこ, しいたけ, きゃべつ, 大根, プロッコリー, パプリカ
14 (金)	ごはん	○	かぼちゃだんご汁 白身魚の幽庵焼き やみつききゃべつ	牛乳, さつまあげ, ほき, 昆布	ごはん, さとう, ごま油	かぼちゃ, 大根, 人参, ごぼう, 小松菜, しめじ, ゆず, きゃべつ, きゅうり
17 (月)	ごはん	○	みそ汁(白菜・なめこ) ジャンボぎょうざ 塩肉じゃが <small>じゃがいもは、「土幌高校産」です</small>	牛乳, みそ, 豚肉, 昆布	ごはん, じゃがいも(土幌高校産), 油	白菜, なめこ, 玉ねぎ, 人参, さやいんげん
18 (火)	ごはん	○	さわに汁 さばのみぞれ煮 コンニャクとがんものみそ炒め <small>ほねに気をつけましょう</small>	牛乳, くきわかめ, かまぼこ, さば, がんもどき, ひじき, 豚肉, 赤みそ	ごはん, 油, さとう, でん粉	大根, 人参, ごぼう, えのきたけ, こんにゃく
19 (水)	ごはん	○	パイタンスープ 白身魚フライ からし和え <small>ほねに気をつけましょう</small>	牛乳, ほき, ささみ	ごはん, 油	白菜, 人参, きくらげ, きゃべつ, 小松菜
20 (木)	★ナン	○	★チキンキーマカレー オムレツ プロッコリーサラダ ★黒ごまプリン	牛乳, 鶏肉, ベーコン, 卵	ナン, バター, ごま油, ドレッシング, ごま	玉ねぎ, 人参, コーン, マッシュルーム, ほうれん草, きゃべつ, プロッコリー
21 (金)	ごはん	○	みそ汁(じゃがいも・長ねぎ) ★ささみの黒酢風味 切干大根の炒め煮 <small>じゃがいもは、「土幌高校産」です</small>	牛乳, みそ, ささみ, 豚肉, ちくわ, ひじき	ごはん, じゃがいも(土幌高校産), でん粉, 油, さとう	長ねぎ, 切干大根, さやいんげん
24 (月)	天皇誕生日(2月23日)の振替休日					
25 (火)	ごはん	○	麻婆豆腐 ★春巻き 海そうサラダ <small>豆腐の原材料となる大豆は「土幌高校産の音更大振袖」です</small>	牛乳, とうふ(土幌高校産大豆使用), 豚肉, 赤みそ, わかめ, いか	ごはん, 油, ごま油, でん粉, ドレッシング	白菜, 玉ねぎ, 人参, 小松菜, きゃべつ, きゅうり
26 (水)	鶏ごぼうごはん	○	みそ汁(大根・わかめ) ★かぼちゃひき肉フライ コーンサラダ	牛乳, 鶏肉, さつまあげ, わかめ, みそ	ごはん, 油, さとう, ドレッシング	ごぼう, 人参, 大根, かぼちゃ, きゃべつ, プロッコリー, コーン
27 (木)	★スパゲティ ミートソース	○	★グリーンサラダ ★はちみつレモンゼリー	牛乳, 豚肉, チーズ	スパゲティ, 油, ドレッシング	玉ねぎ, 人参, マッシュルーム, きゃべつ, きゅうり, プロッコリー
28 (金)	ごはん	○	みそ汁(きゃべつ・人参) みそだれ肉団子(2個) 五目きんぴら	牛乳, みそ, 鶏肉, さつまあげ, 豚肉	ごはん, 油, さとう	きゃべつ, 人参, ごぼう, さやいんげん



中学校3年生の皆さんに「もう一度食べたい給食」のアンケートを12月に実施しました。2月・3月の給食で★印のついたメニューがリクエストのメニューです。ご協力ありがとうございました。

◆ 中学校3年生リクエスト給食の上位メニューを紹介します ◆

【主食】

- ① 揚げパン (1月の給食で提供)
- ② カレーライス
- ③ わかめごはん

【汁物】

- ① しほろ牛のビーフシチュー
- ② さつまいも汁
- ② チンゲン菜スープ
- ② キーマカレー

【おかず】

- ① チーズはんぺんフライ
- ① ごぼうサラダ
- ① パンネのミートソース煮

【デザート類】

- ① ショートケーキ
- ② プリン
- ③ 黒ごまプリン

さて、何が出るかな？

しほろ牛を

いただきました

2月4日の「ビーフシチュー」に土幌町肉牛振興会さんから「しほろ牛」を無償提供いただきました。地元で大切に育てられたお肉です。生産・加工・販売にかかわる人たち、そして牛の命に感謝の心をもっていただきましょう。



1974年