

2月 きゅうしょくこんだてひょう

令和7年度

黒埼学校給食センター（小学校・中学校）

日 (曜)	こんだて	エネルギーのもと		体をつくる		体の調子をととのえる		備考
		たんすいかぶつ	ししつ	たんばくしつ	むきしつ	ビタミン		
2 日 (月)	ごはん	こめ						
	わかめスープ	はるさめ		ぎょにく（かまぼこ）	わかめ	にんじん	ねぎ もやし	
	あつあ厚揚げと豚肉のみそ炒め	さとう じゃがいもでんぷん	あぶら ごまあぶら	なまあげ ぶたにく みそ		にんじん さやいんげん	しいたけ たまねぎ たけのこ しょうが にんにく	
	ヨーグルト			ゼラチン	せいにゅう ふんにゅう にゅうせいひん かんてん		ブルーン	
	ぎゅうにゅう 牛乳				ぎゅうにゅう			
3 日 (火)	ごはん	こめ						
	はくさい 白菜のみそ汁	さといも		あぶらあげ うちまめ みそ			はくさい ねぎ	
	いわしのかばやき	さとう じゃがいもでんぷん	あぶら	いわし				
	のりすあえ				のり	ほうれんそう にんじん	もやし	
	せつぶんまめ 節分豆			だいず				
4 日 (水)	ごはん	こめ						
	にく 肉じゃが	じゃがいも さとう	あぶら	ぶたにく		にんじん さやいんげん	たまねぎ しらたき	
	ひじきの佃煮	さとう		ツナ	ひじき			
	アーモンドキャベツ		アーモンド				キャベツ きゅうり	
	ぎゅうにゅう 牛乳				ぎゅうにゅう			
5 日 (木)	ごはん	こめ						黒崎中学校なし
	とうふ 豆腐の中華煮	さとう じゃがいもでんぷん	あぶら ごまあぶら	とうふ ぶたにく		にんじん チンゲンサイ	ねぎ はくさい しいたけ メンマ しょうが にんにく	
	あ 揚げコーンシューマイ	じゃがいもでんぷん こむぎこ さとう みずあめ	あぶら とんし	だいず とうふ たら			とうもろこし たまねぎ	
	い ごま入り大根漬		ごま		こんぶ	にんじん	だいこん	
	ぎゅうにゅう 牛乳				ぎゅうにゅう			
6 日 (金)	ごはん	こめ						立仏小学校 6年2組 本間 美羽 さんの 献立
	キムチチゲ	さとう もちこ	ごまあぶら	たら とうふ みそ	こんぶ	にんじん にら	だいこん はくさい ごぼう ねぎ にんにく しょうが	
	ヤンニョムチキン	じゃがいもでんぷん さとう	あぶら ごまあぶら	とりにく			にんにく	
	ナムル	さとう	ごまあぶら			こまつな	もやし コーン	
	プリン	こなあめ げんまい さとう さつまいも	あぶら					
9 日 (月)	ごはん	こめ						
	キーマカレー	じゃがいも さとう じゃがいもでんぷん さつまいも こめこ	あぶら ラード	とりにく だいず		にんじん トマト	たまねぎ にんにく グリーンピース しょうが	
	ヨーグルトあえ				ヨーグルト		みかん パイン もも りんご	
	ふくじんづ 福神漬	さとう				にんじん しそのは	だいこん なす れんこん しょうが	
	ぎゅうにゅう 牛乳				ぎゅうにゅう			
10 日 (火)	ごはん	こめ						山田小学校 2年生なし
	かつおふりかけ	さとう とうもろこしでんぷん		かつおけすりぶし	のり	まっちゃん		
	にくだんご 肉団子と白菜のスープ	さとう	あぶら	とりにく だいず		にんじん こまつな	しいたけ はくさい たまねぎ にんにく しょうが	
	だいず 大豆とさつまいもの揚げ煮	じゃがいもでんぷん さつまいも さとう	あぶら	だいず				
	みかん						みかん	
12 日 (木)	ごはん	こめ						立仏小学校 6年1組 櫻井 政斗 さんの 献立
	さわに 沢煮わん	はるさめ		ぶたにく		にんじん さやえんどう	えのきたけ ごぼう たけのこ	
	さばのみそ煮	さとう じゃがいもでんぷん		さば みそ				
	じゃがいものきんぴら	じゃがいも さとう	あぶら			にんじん さやいんげん	ごぼう こんにゃく	
	チーズ				チーズ			
13 日 (金)	ごはん	こめ						
	すきやき	さとう	あぶら	ぶたにく やきどうふ		にんじん しゅんぎく	えのきたけ はくさい ねぎ しらたき	
	いかときゅうりの甘酢あえ	さとう		いか	わかめ		みかん きゅうり かぶ	
	チョコプリン	さとう じゃがいもでんぷん	ココア	とうにゅう				
13 日 (金)	ごはん	こめ						
	すきやき	さとう	あぶら	ぶたにく やきどうふ		にんじん しゅんぎく	えのきたけ はくさい ねぎ しらたき	
	いかときゅうりの甘酢あえ	さとう		いか	わかめ		みかん きゅうり かぶ	
	チョコプリン	さとう じゃがいもでんぷん	ココア	とうにゅう				
13 日 (金)	ごはん	こめ						
	すきやき	さとう	あぶら	ぶたにく やきどうふ		にんじん しゅんぎく	えのきたけ はくさい ねぎ しらたき	
	いかときゅうりの甘酢あえ	さとう		いか	わかめ		みかん きゅうり かぶ	
	チョコプリン	さとう じゃがいもでんぷん	ココア	とうにゅう				
13 日 (金)	ごはん	こめ						
	すきやき	さとう	あぶら	ぶたにく やきどうふ		にんじん しゅんぎく	えのきたけ はくさい ねぎ しらたき	
	いかときゅうりの甘酢あえ	さとう		いか	わかめ		みかん きゅうり かぶ	
	チョコプリン	さとう じゃがいもでんぷん	ココア	とうにゅう				
13 日 (金)	ごはん	こめ						
	すきやき	さとう	あぶら	ぶたにく やきどうふ		にんじん しゅんぎく	えのきたけ はくさい ねぎ しらたき	
	いかときゅうりの甘酢あえ	さとう		いか	わかめ		みかん きゅうり かぶ	
	チョコプリン	さとう じゃがいもでんぷん	ココア	とうにゅう				
13 日 (金)	ごはん	こめ						
	すきやき	さとう	あぶら	ぶたにく やきどうふ		にんじん しゅんぎく	えのきたけ はくさい ねぎ しらたき	
	いかときゅうりの甘酢あえ	さとう		いか	わかめ		みかん きゅうり かぶ	
	チョコプリン	さとう じゃがいもでんぷん	ココア	とうにゅう				
13 日 (金)	ごはん	こめ						
	すきやき	さとう	あぶら	ぶたにく やきどうふ		にんじん しゅんぎく	えのきたけ はくさい ねぎ しらたき	
	いかときゅうりの甘酢あえ	さとう		いか	わかめ		みかん きゅうり かぶ	
	チョコプリン	さとう じゃがいもでんぷん	ココア	とうにゅう				
13 日 (金)	ごはん	こめ						
	すきやき	さとう	あぶら	ぶたにく やきどうふ		にんじん しゅんぎく	えのきたけ はくさい ねぎ しらたき	
	いかときゅうりの甘酢あえ	さとう		いか	わかめ		みかん きゅうり かぶ	
	チョコプリン	さとう じゃがいもでんぷん	ココア	とうにゅう				
13 日 (金)	ごはん	こめ						
	すきやき	さとう	あぶら	ぶたにく やきどうふ		にんじん しゅんぎく	えのきたけ はくさい ねぎ しらたき	
	いかときゅうりの甘酢あえ	さとう		いか	わかめ		みかん きゅうり かぶ	
	チョコプリン	さとう じゃがいもでんぷん	ココア	とうにゅう				
13 日 (金)	ごはん	こめ						
	すきやき	さとう	あぶら	ぶたにく やきどうふ		にんじん しゅんぎく	えのきたけ はくさい ねぎ しらたき	
	いかときゅうりの甘酢あえ	さとう		いか	わかめ		みかん きゅうり かぶ	
	チョコプリン	さとう じゃがいもでんぷん	ココア	とうにゅう				
13 日 (金)	ごはん	こめ						
	すきやき	さとう	あぶら	ぶたにく やきどうふ		にんじん しゅんぎく	えのきたけ はくさい ねぎ しらたき	
	いかときゅうりの甘酢あえ	さとう		いか	わかめ		みかん きゅうり かぶ	
	チョコプリン	さとう じゃがいもでんぷん	ココア	とうにゅう				
13 日 (金)	ごはん	こめ						
	すきやき	さとう	あぶら	ぶたにく やきどうふ		にんじん しゅんぎく	えのきたけ はくさい ねぎ しらたき	
	いかときゅうりの甘酢あえ	さとう		いか	わかめ		みかん きゅうり かぶ	
	チョコプリン	さとう じゃがいもでんぷん	ココア	とうにゅう				
13 日 (金)	ごはん	こめ						
	すきやき	さとう	あぶら	ぶたにく やきどうふ		にんじん しゅんぎく	えのきたけ はくさい ねぎ しらたき	
	いかときゅうりの甘酢あえ	さとう		いか	わかめ		みかん きゅうり かぶ	
	チョコプリン	さとう じゃがいもでんぷん	ココア	とうにゅう				
13 日 (金)	ごはん	こめ						
	すきやき	さとう	あぶら	ぶたにく やきどうふ		にんじん しゅんぎく	えのきたけ はくさい ねぎ しらたき	
	いかときゅうりの甘酢あえ	さとう		いか	わかめ		みかん きゅうり かぶ	
	チョコプリン	さとう じゃがいもでんぷん	ココア	とうにゅう				
13 日 (金)	ごはん	こめ						
	すきやき	さとう	あぶら	ぶたにく やきどうふ		にんじん しゅんぎく	えのきたけ はくさい ねぎ しらたき	
	いかときゅうりの甘酢あえ	さとう		いか	わかめ		みかん きゅうり かぶ	
	チョコプリン	さとう じゃがいもでんぷん	ココア	とうにゅう				
13 日 (金)	ごはん	こめ						
	すきやき	さとう	あぶら	ぶたにく やきどうふ		にんじん しゅんぎく	えのきたけ はくさい ねぎ しらたき	
	いかときゅうりの甘酢あえ	さとう		いか	わかめ		みかん きゅうり かぶ	
	チョコプリン	さとう じゃがいもでんぷん	ココア	とうにゅう				
13 日 (金)	ごはん	こめ						
	すきやき	さとう	あぶら	ぶたにく やきどうふ		にんじん しゅんぎく	えのきたけ はくさい ねぎ しらたき	
	いかときゅうりの甘酢あえ	さとう		いか	わかめ		みかん きゅうり かぶ	
	チョコプリン	さとう じゃがいもでんぷん	ココア	とうにゅう				
13 日 (金)	ごはん	こめ						
	すきやき	さとう	あぶら	ぶたにく やきどうふ		にんじん しゅんぎく	えのきたけ はくさい ねぎ しらたき	
	いかときゅうりの甘酢あえ	さとう		いか	わかめ		みかん きゅうり かぶ	
	チョコプリン	さとう じゃがいもでんぷん	ココア	とうにゅう				
13 日 (金)	ごはん	こめ						
	すきやき	さとう	あぶら	ぶたにく やきどうふ		にんじん しゅんぎく	えのきたけ はくさい ねぎ しらたき	
	いかときゅうりの甘酢あえ	さとう		いか	わかめ		みかん きゅうり かぶ	
	チョコプリン	さとう じゃがいもでんぷん	ココア	とうにゅう				
13 日 (金)	ごはん	こめ						
	すきやき	さとう	あぶら	ぶたにく やきどうふ		にんじん しゅんぎく	えのきたけ はくさい ねぎ しらたき	
	いかときゅうりの甘酢あえ	さとう		いか	わかめ		みかん きゅうり かぶ	
	チョコプリン	さとう じゃがいもでんぷん	ココア	とうにゅう				
13 日 (金)	ごはん	こめ						
	すきやき	さとう	あぶら	ぶたにく やきどうふ		にんじん しゅんぎく	えのきたけ はくさい ねぎ しらたき	
	いかときゅうりの甘酢あえ	さとう		いか	わかめ		みかん きゅうり かぶ	
	チョコプリン	さとう じゃがいもでんぷん	ココア	とうにゅう				
13 日 (金)	ごはん	こめ						
	すきやき	さとう	あぶら	ぶたにく やきどうふ		にんじん しゅんぎく	えのきたけ はくさい ねぎ しらたき	
	いかときゅうりの甘酢あえ	さとう		いか	わかめ		みかん きゅうり かぶ	
	チョコプリン	さとう じゃがいもでんぷん	ココア	とうにゅう				
13 日 (金)	ごはん	こめ						
	すきやき	さとう	あぶら	ぶたにく やきどうふ		にんじん しゅんぎく	えのきたけ はくさい ねぎ しらたき	
	いかときゅうりの甘酢あえ	さとう		いか	わかめ		みかん きゅうり かぶ	
	チョコプリン	さとう じゃがいもでんぷん	ココア	とうにゅう				
13 日 (金)	ごはん	こめ						
	すきやき	さとう	あぶら	ぶたにく やきどうふ		にんじん しゅんぎく	えのきたけ はくさい ねぎ しらたき	
	いかときゅうりの甘酢あえ	さとう		いか	わかめ		みかん きゅうり かぶ	
	チョコプリン	さとう じゃがいもでんぷん	ココア	とうにゅう				
13 日 (金)	ごはん	こめ						
	すきやき	さとう	あぶら	ぶたにく やきどうふ		にんじん しゅんぎく	えのきたけ はくさい ねぎ しらたき	
	いかときゅうりの甘酢あえ	さとう		いか	わかめ		みかん きゅうり かぶ	
	チョコプリン	さとう じゃがいもでんぷん	ココア	とうにゅう				
13 日 (金)	ごはん	こめ						
	すきやき	さとう	あぶら	ぶたにく やきどうふ		にんじん しゅんぎく	えのきたけ はくさい ねぎ しらたき	
	いかときゅうりの甘酢あえ	さとう		いか	わかめ		みかん きゅうり かぶ	
	チョコプリン	さとう じゃがいもでんぷん	ココア	とうにゅう				
13 日 (金)	ごはん	こめ						
	すきやき	さとう	あぶら	ぶたにく やきどうふ		にんじん しゅんぎく	えのきたけ はくさい ねぎ しらたき	
	いかときゅうりの甘酢あえ	さとう		いか	わかめ		みかん きゅうり かぶ	
	チョコプリン	さとう じゃがいもでんぷん	ココア	とうにゅう				
13 日 (金)	ごはん	こめ						
	すきやき	さとう	あぶら	ぶたにく やきどうふ		にんじん しゅんぎく	えのきたけ はくさい ねぎ しらたき	
	いかときゅうりの甘酢あえ	さとう		いか	わかめ		みかん きゅうり かぶ	
	チョコプリン	さとう じゃがいもでんぷん	ココア	とうにゅう				
13 日 (金)	ごはん	こめ						
	すきやき	さとう	あぶら	ぶたにく やきどうふ		にんじん しゅんぎく	えのきたけ はくさい ねぎ しらたき	
	いかときゅうりの甘酢あえ	さとう		いか	わかめ		みかん きゅうり かぶ	
	チョコプリン	さとう じゃがいもでんぷん	ココア	とうにゅう				
13 日 (金)	ごはん	こめ						
	すきやき	さとう	あぶら	ぶたにく やきどうふ		にんじん しゅんぎく	えのきたけ はくさい ねぎ しらたき	
	いかときゅうりの甘酢あえ	さとう		いか	わかめ		みかん きゅうり かぶ	
	チョコプリン	さとう じゃがいもでんぷん	ココア	とうにゅう				
13 日 (金)	ごはん	こめ						
	すきやき	さとう	あぶら	ぶたにく やきどうふ		にんじん しゅんぎく	えのきたけ はくさい ねぎ しらたき	
	いかときゅうりの甘酢あえ	さとう		いか	わかめ		みかん きゅうり かぶ	
	チョコプリン	さとう じゃがいもでんぷん	ココア	とうにゅう				
13 日 (金)	ごはん	こめ						
	すきやき	さとう	あぶら	ぶたにく やきどうふ		にんじん しゅんぎく	えのきたけ はくさい ねぎ しらたき	
	いかときゅうりの甘酢あえ	さとう		いか	わかめ		みかん きゅうり かぶ	
	チョコプリン	さとう じゃがいもでんぷん	ココア	とうにゅう				
13 日 (金)	ごはん	こめ						

16 日 (月)	ごはん	こめ					
	たまご ふゆやさい 卵と冬野菜のとりみスープ	さといも じゃがいもでんぷん		たまご とうふ		にんじん こまつな	だいこん しいたけ ねぎ しょうが
	チキンたれかつ	さとう こむぎこ	あぶら	とりにく			
	キャベツととう菜 <sup>な</sup> のサラダ	さとう	たまごぬきマヨ ネーズ			とうな にんじん	キャベツ コーン
小 693 中 852	ぎゅうにゅう 牛乳				ぎゅうにゅう		
17 日 (火)	ごはん	こめ					
	スキージュ	さつまいも		とうふ ぶたにく みそ		にんじん	ねぎ ごぼう だいこん しいたけ こんにゃく
	ますの塩 <sup>しお</sup> こうじ焼き	さとう		ます			
	ごまびたし		ごま			こまつな にんじん	もやし
	いちごゼリー	さとう					いちご
小 598 中 734	ぎゅうにゅう 牛乳				ぎゅうにゅう		
18 日 (水)	ごはん	こめ					
	こんさいじる 根菜汁	じゃがいも		なまあげ みそ		にんじん	だいこん ごぼう ねぎ こんにゃく
	メンチカツ	こむぎこ さとう	あぶら	ぶたにく とんこつ だいず			たまねぎ
	とうな 冬菜とえのきのひたし					とうな こまつな	もやし えのきたけ
小 613 中 755	ぎゅうにゅう 牛乳				ぎゅうにゅう		
19 日 (木)	きな <sup>あ</sup> こ揚げパン	こめこ こむぎこ さとう	あぶら ショートニング	きなこ	だっしふんにゅう		
	ワントンスープ	こめこ じゃがいもでんぷん		ぶたにく ぎょにく (なると)		こまつな にんじん	もやし ねぎ しいたけ メンマ
	ビーンズサラダ	じゃがいも	あぶら	だいず		にんじん	きゅうり コーン
	ぎゅうにゅう 牛乳				ぎゅうにゅう		
20 日 (金)	ごはん	こめ					
	ほうれん <sup>ほう</sup> 草と鶏 <sup>とり</sup> の和風スープ	じゃがいもでんぷん	ごまあぶら	とうふ たまご		ほうれんそう にんじん	ねぎ
	とり肉 <sup>にく</sup> のてり焼き	さとう		とりにく			
	ごま入り白菜 <sup>いはくさい</sup> と昆布 <sup>こんぶ</sup> の和え物		ごま ごまあぶら		しおこんぶ		はくさい しょうが
	ほんかん						ほんかん
小 603 中 735	ぎゅうにゅう 牛乳				ぎゅうにゅう		
24 日 (火)	ようふうさんしよく 洋風三色ごはん	こめ さとう じゃがいもでんぷん とうもろこしでんぷん	あぶら	ぶたにく (ウイン ナー)		にんじん	たまねぎ コーン グリーンピース
	はくさい 白菜のクリーム煮 <sup>に</sup>	じゃがいも こむぎこ	あぶら バター (乳)	とりにく	ぎゅうにゅう チーズ	にんじん チンゲンサイ	はくさい たまねぎ ぶなしめじ
	だいこん 大根とわかめのサラダ		あぶら	ツナ	わかめ		だいこん きゅうり
	ミルメークコーヒー	さとう					
小 593 中 749	ぎゅうにゅう 牛乳				ぎゅうにゅう		
25 日 (水)	ソフトめん	こむぎこ					
	ミートソース	こめこ さとう じゃがいもでんぷん	あぶら ラード	ぶたにく だいず	チーズ	にんじん トマト パジル	たまねぎ しょうが にんにく グリーンピース
	こんにゃくサラダ	タピオカでんぷん	あぶら		わかめ		キャベツ きゅうり コーン こんにゃく
	りんご						りんご
小 678 中 891	ぎゅうにゅう 牛乳				ぎゅうにゅう		
26 日 (木)	ごはん	こめ					
	かき <sup>たまじる</sup> 玉汁			とうふ たまご みそ		こまつな	えのきたけ ねぎ
	ししゃもフライ	こむぎこ とうもろこしでんぷん	あぶら		ししゃも		
	くき 茎わかめのきんぴら	さとう	あぶら ごまあぶら	ぎょにく (さつまあ げ)	くきわかめ	にんじん	ごぼう こんにゃく
小 627 中 822	ぎゅうにゅう 牛乳				ぎゅうにゅう		
27 日 (金)	ゆかりごはん	こめ さとう				あかしそ	
	もずくスープ			とうふ	もずく	こまつな	えのきたけ ねぎ
	とり肉 <sup>にく</sup> のカレー揚げ <sup>あげ</sup>	じゃがいもでんぷん	あぶら	とりにく			
	アーモンド入りシャキシャキサラダ	じゃがいも	アーモンド あぶら			にんじん	きゅうり
	ちゅう (中) お祝いクレープ	さとう みずあめ こめこ	あぶら	とうにゅう だいず			いちご
小 604 中 839	ぎゅうにゅう 牛乳				ぎゅうにゅう		



コシヒカリ給食の日

中野小屋中学校  
2年1組  
渡邊 貴翔さんの  
献立

黒崎中学校3年生  
給食最終日

## 給食のこんだてを 考えてくれました

今月は、立たち仏ぼつ小しょう学がく校こう6年ねん生せいと中なか野の小しょう屋やう中ちゅう学がく校こう2年ねん生せいの代だい表ひょう者しやが考かんがえてくくれた献けん立だてが給きゅう食しよくに登のぼ場ばします。家か庭てい科かの時とき間かんに学まなんだこことをを活いかして、考かんがえた献けん立だてです。

2月6日(金)  
立たち仏ぼつ小しょう学がく校こう6年ねん2組くみ 本ほん間ま 美み羽はさん  
【テーマ】韓国料理  
【アピールポイント】  
韓かん国こく料りょう理りといいうと辛からい物ものが思おもいうかぶかもしれませんが、砂さとう糖とうなどの調ちょう味み料りょうをプかラかスすして辛からすぎないよようにしました。また、韓かん国こく料りょう理りでは、プぷリンなどのデザだーたーートとがあり、辛からい物ものを食たべたあとの口くち直なおしになります。プぷリンでカかルシウしうムも足たしました。

2月12日(木)  
立たち仏ぼつ小しょう学がく校こう6年ねん1組くみ 櫻さくら井い 政まさ斗とさん  
【テーマ】いろいろよく  
【アピールポイント】  
このメニめニにーは、じゃがいものきんぴらや沢さわ煮にわんと野菜やさいが多おほく入はいっているのので、栄えい養よう満まん点てんです。ささばのみみそ煮にを入いれてあるののでタンパたんク質しつをしっかかりとととることができできます。カかルシウしうムをととるたためにチちーずもつつけけました。

2月20日(金)  
中なか野の小しょう屋やう中ちゅう学がく校こう2年ねん1組くみ 渡わた邊なべ 貴き翔しょうさん  
【テーマ】寒かんさは忘わすれ 季き節せつは感かんじる  
ボカボカごはん  
【アピールポイント】  
全ぜん体たい的てきに「和わ」で統とう一いつしました。しょうがを使つかい、冬ふゆの寒かんさを忘わすれさせ、温あたたかくなるよようなメニめニにーにしました。白はく菜さいなどの旬しゅんの食しょく材ざいを使つかい、季き節せつを感かんじるようにしました。味あじ付つけのバばラらンんスも考かんがえまました。和わ風ふうスすーうプの優やさしい味あじが心こころを落おち着つかせるよような構こう成せいになっなっています。