



2月給食予定献立表



令和7年度

月	火	水	木	金
大豆の栄養パワー 大豆からできる食品 おから 豆乳 豆腐 納豆 醤油 油揚げ 生揚げ(厚揚げ) みそ いろいろ大豆加工品で、大豆を食べましょう。	ねんせい 6年生のリクエスト給食が登場！ 6年生のみなさんに、卒業前にもう一度食べたい給食をリクエストしてもらいました。 2月～3月の給食で登場します。お楽しみに！！ 6-1 1位 にくじやが 2位 からあげ・とんじる・かいそうサラダ 6-2 1位 にくじやが 2位 あげパン 3位 からあげ			
2日 エネルギー 638 タンパク質 26.3 脂肪 22.2 塩分 2.2 せつぶんまめ ごもくに いわしのしょうがに むぎごはん あかだし	3日 エネルギー 650 タンパク質 30.0 脂肪 21.2 塩分 2.9 コールスローサラダ ハンバーグ しょくパン はくさいのシチュー	4日 エネルギー 678 タンパク質 30.1 脂肪 26.1 塩分 1.9 ひじきのいために さばのカレーたつたあげ むぎごはん かんとうに	5日 エネルギー 643 タンパク質 31.4 脂肪 21.6 塩分 2.4 ほうれんそうサラダ だいすとこざかなのいそがらめ スパゲッティミートソース	6日 エネルギー 624 タンパク質 28.2 脂肪 21.9 塩分 1.6 いそあえ あつあげのねぎそぼろ けんぱくくんメニューの日 むぎごはん ちゃんこに
9日 エネルギー 609 タンパク質 30.4 脂肪 15.6 塩分 1.4 きりぼしだいこんのにもの ささみのレモンふうみ むぎごはん いしかりじる	10日 エネルギー 622 タンパク質 28.4 脂肪 23.9 塩分 2.7 だいこんサラダ とりにくのハーブやき フルーツパン ポトフ	11日 けんこくきねん ひ 建国記念の日 	12日 エネルギー 637 タンパク質 26.4 脂肪 24.5 塩分 2.6 いちごヨーグルト くきわかめサラダ ぎょうざ やきそば	13日 エネルギー 645 タンパク質 28.3 脂肪 20.2 塩分 2.4 かんこくふうにくじやが さかなのあまずあん むぎごはん わかめスープ
16日 エネルギー 652 タンパク質 23.9 脂肪 23.3 塩分 2.6 つぼづけあえ とりにくといものごまがらめ わかめごはん だいすのへんしんじる	17日 エネルギー 599 タンパク質 27.2 脂肪 18.7 塩分 2.6 カラフルサラダ ポテトグラタン ぐろパン ミネストローネ	18日 エネルギー 669 タンパク質 29.4 脂肪 22.3 塩分 1.8 マスカットゼリー ひじきサラダ にざかな むぎごはん とんじる	19日 エネルギー 683 タンパク質 27.8 脂肪 19.3 塩分 2.1 とさに りんごとおからのかップケーキ しょくいくのひこんだて うどん	20日 エネルギー 696 タンパク質 26.3 脂肪 21.1 塩分 1.8 かいどうサラダ ごまおやこまめ カレーライス
23日 てんのうたんじょう ひ 天皇誕生日 	24日 エネルギー 677 タンパク質 31.9 脂肪 26.0 塩分 2.8 グリーンサラダ とりにくのトマトソース あけパン まめスープ	25日 エネルギー 662 タンパク質 22.2 脂肪 22.7 塩分 2.4 ナムル えんくうさといもコロッケ ちゅうかはん	26日 エネルギー 643 タンパク質 23.1 脂肪 15.3 塩分 2.4 ナムル おにまん しょうゆラーメン	27日 エネルギー 673 タンパク質 28.7 脂肪 23.7 塩分 1.4 にくじやか さばのオランダに みだくさんしるのひ むぎごはん ごもくごじる

材料の都合により献立が変わることがあります。毎日洗ったはしを持ってきてください。牛乳は毎日きます。

学校給食は「地産地消推進事業」により、県・市・JAの一部助成を受けています。

毎月19日は「食育の日」です。

なかがわしりつみなみしょうがつこう
中津川市立南小学校