

令和7年2月 学校給食予定献立表

日 (曜)	こんだて		体の中での主なはたらき						その他 調味料
			体をつくるもとになる食品		体の調子を整える食品		エネルギーのもとになる食品		
			1群 たんぱく質	2群 無機質	3群 ビタミン・無機質	4群 無機質	5群 炭水化物	6群 脂質	
			魚・肉・卵 豆・豆製品	牛乳・小魚 海藻	緑黄色野菜	その他の野菜 果物	穀類・いも類 砂糖	油脂	
3 (月)	主食	ごはん					ごはん		
	主菜	いわしフライしょうがソース	★いわしフライ			しょうが	砂糖	油	★ウスターソース 酒 しょうゆ
	副菜	ごまあえ	部分献立	ほうれん草 にんじん	キャベツ		砂糖	ごま	しょうゆ
		ずいとん汁		小松菜 にんじん	大根 ごぼう	★ずいとん		混合だし しょうゆ 塩	
他	福豆	★福豆							
4 (火)	主食	ソフトメン					ソフトメン		
	主菜	チャンボンスープ	豚肉 ★なると	小松菜 にんじん にら	たまねぎ 白菜 キャベツ しょうが たけのこ しんじけ			ごま油	★チャンボンスープ
	副菜	ハムサラダ	ハム	ほうれん草 にんじん	もやし にんにく しょうが レモン りんご			油	しょうゆ 塩 こしょう
	他	手作りチョコチップ蒸しパン		牛乳			★ホットケーキミックス ★チョコレート 砂糖		★ココアパウダー
		牛乳		牛乳					
5 (水)	主食	ごはん	ひめ丸くん メニュー				ごはん		
	主菜	厚揚げと野菜のみそ煮		豚肉 厚揚げ みそ	にんじん にら	たまねぎ しめじ 白菜 しょうが にんにく	砂糖 でん粉	油	しょうゆ 酒 一味唐辛子 ★オイスターソース
	副菜	鶏ささみとキャベツの酢しょうゆあえ	鶏肉		小松菜	キャベツ きゅうり	三温糖	油	しょうゆ 酢
	他	牛乳		牛乳					
6 (木)	主食	麦ごはん					麦ごはん		
	主菜	ちくわの磯辺揚げ	★ちくわ	★青のり			小麦粉	油	
	副菜	もやしとコンのあえもの	のりの日	小松菜 にんじん	もやし とうもろこし	砂糖	ごま油	しょうゆ	
		じゃがいもとこんにゃくのそぼろ煮		豚肉	にんじん	たまねぎ しめじ グリーンピース	じゃがいも こんにゃく 砂糖	油	しょうゆ みりん
	他	牛乳		牛乳					
7 (金)	主食	ハニレレモントースト		生クリーム	レモン	食パン はちみつ	バター		
	主菜	ボークビーンス	豚肉 大豆		トマト にんじん	たまねぎ 枝豆	じゃがいも 砂糖	油	ケチャップ ★ウスターソース 塩
	副菜	ブロッコリーとキャベツのサラダ	葵小学校6ー1 リクエスト献立	ブロッコリー にんじん	キャベツ にんにく とうもろこし	砂糖	油	酢 塩 黒こしょう 酒	
	他	みかんゼリー				★みかんゼリー			
	牛乳		牛乳						
10 (月)	主食	ごはん					ごはん		
	主菜	チキンカレー	鶏肉		にんじん	たまねぎ にんにく ブールー グリンピース	じゃがいも	油	★カレールウ ケチャップ カレー粉 ガラムマサラ
	副菜	ガーリックドレッシングサラダ	まぐろ	小松菜 にんじん	キャベツ たまねぎ しょうが にんにく		油	しょうゆ みりん 塩	
	他	牛乳		牛乳					
12 (水)	主食	ごはん					ごはん		
	主菜	豚キムチ	豚肉 みそ	にんじん	キャベツ たまねぎ 長ねぎ ★キムチ	砂糖	ごま油	しょうゆ 酒 ★コチュジャン みりん	
	副菜	海そうサラダ		★海藻ミックス	にんじん	きゅうり キャベツ とうもろこし	ごま油	しょうゆ	
		にらたまスープ	ハム 豆腐 卵	にら	たまねぎ	でん粉		野菜ブイヨン しょうゆ 塩	
	他	牛乳		牛乳					
13 (木)	主食	ごはん	長閑小学校6ー1 リクエスト献立				ごはん		
	主菜	鶏肉のから揚げ		鶏肉		しょうが にんにく	でん粉	油	しょうゆ 酒
	副菜	大根サラダ	ハム		にんじん	大根 とうもろこし きゅうり にんにく		油	酢 塩 こしょう
		じゃがいもとわかめのみそ汁	油揚げ みそ	わかめ	にんじん	たまねぎ しめじ	じゃがいも		混合だし
	他	ぶどうゼリー					★ぶどうゼリー		
	牛乳		牛乳						
14 (金)	主食	ミルクパン					ミルクパン		
	主菜	ホキの香草フライ	★ホキの香草フライ					油	
	副菜	パスタサラダ		ブロッコリー にんじん	きゅうり	スパゲッティ	油	酢 塩 こしょう	
		大根と野菜のスープ	ベーコン	小松菜	キャベツ とうもろこし マッシュルーム	大麦		野菜ブイヨン 塩 こしょう	
	他	牛乳		牛乳					

※ 都合により、献立や材料を変更することがありますので、ご了承ください。

茨城町の食材は、米・にら・小松菜です。
ひめ丸くんメニューの茨城町の食材は、米・にら・キャベツ・きゅうり・小松菜・にんじん・白菜です。
茨城県の食材は、ソフトメン・牛乳・卵・ごぼう・さつまいもです。



茨城町のマスコットの ひめ丸 くんです。
ひめ丸くんのマークが付いている食材は 茨城町産 です。

茨城町学校給食共同調理場

日 (曜)	こんだて	体をつくるもとになる食品		体の調子を整える食品		エネルギーのもとになる食品		その他 調味料		
		1群	2群	3群	4群	5群	6群			
		たんぱく質	無機質	ビタミン・無機質		炭水化物	脂質			
		魚・肉・卵 豆・豆製品	牛乳・小魚 海藻	緑黄色野菜		その他の野菜 果物	穀類・いも類 砂糖		油脂	
17 (月)	主食	ごはん				ごはん 				
	主菜	ガバオライスの具	鶏肉 大豆		ピーマン にんじん	たけのこ たまねぎ にんにく	しいたけ しょうが	じゃがいも 砂糖	油	★オイスターソース しょうゆ 酒 ★バジルソース 塩 一味唐辛子
	副菜	キャベツとチーズのスパイスサラダ		チーズ	にんじん	キャベツ たまねぎ	きゅうり とうもろこし		油	酢 塩 こしょう チリパウダー パプリカ粉 からし粉
	他	牛乳		牛乳						
18 (火)	主食	ソフトメン					ソフトメン			
	主菜	手作りかき揚げ	大豆	★ちりめんじゃこ	にんじん		たまねぎ	さつまいも 小麦粉	油	
	副菜	しょうがあえ			にんじん	キャベツ きゅうり	もやし しょうが			しょうゆ
	きつねうどん汁	鶏肉 油揚げ ★なると		ほうれん草 にんじん	長ねぎ しいたけ	砂糖	油	しょうゆ みりん		
19 (水)	主食	ごはん					ごはん 			
	主菜	さばのみそ煮	★さばのみそ煮							
	副菜	こんにゃくのきんぴら	豚肉 ★ちくわ		にんじん	れんこん	こんにゃく 砂糖	油 ごま	しょうゆ みりん 一味唐辛子	
	すまし汁	豆腐	わかめ	にんじん	たけのこ しいたけ	えのきだけ 長ねぎ		混合だし しょうゆ 塩 酒		
20 (木)	主食	ごはん					ごはん 			
	主菜	いかのレモンソース	★いか切身でん粉付き	長閑小学校6ー2 リクエスト献立		レモン	砂糖	油	しょうゆ 酒	
	副菜	もやしとにらのあえもの			にんじん にら 	もやし	三温糖	ごま油	しょうゆ	
	他	なめこ汁	豆腐 みそ		ほうれん草 にんじん	なめこ 大根 長ねぎ		混合だし		
	他	アップルコンポート				★アップルコンポート				
21 (金)	主食	米パン					米パン			
	主菜	ごぼうメンチカツ	★ごぼうメンチカツ					油		
	副菜	コーンサラダ			小松菜 	にんじん	キャベツ とうもろこし	油	酢 塩 こしょう	
	ポトフ	フランクフルト		パセリ にんじん	たまねぎ 白菜	じゃがいも		野菜ブイヨン 塩		
25 (火)	主食	コッペパン					コッペパン			
	主菜	鶏肉ときのこの米粉シチュー	鶏肉	牛乳 粉チーズ	パセリ にんじん	たまねぎ セロリ しめじ マッシュルーム ★クリームコーン	じゃがいも 米粉	油	野菜ブイヨン 塩 こしょう ローレル	
	副菜	ハムと野菜のマリネ	ハム		にんじん	キャベツ たまねぎ	きゅうり	油	酢 塩 こしょう	
	他	牛乳		牛乳						
26 (水)	主食	ごはん					ごはん 			
	主菜	親子煮	鶏肉 卵		にんじん	たまねぎ グリンピース	じゃがいも しらたき 砂糖	油	しょうゆ みりん	
	副菜	ひじきのみそマヨあえ	ハム みそ	ひじき	にんじん	キャベツ きゅうり	砂糖	ノンエッグマヨネーズ	しょうゆ みりん	
	他	牛乳		牛乳						
27 (木)	主食	わかめごはん		★わかめごはんの素			ごはん 			
	主菜	鶏肉の梅風味揚げ	鶏肉	長閑小学校6ー2 リクエスト献立		★梅びしお しょうが にんにく	でん粉	油	しょうゆ 酒	
	副菜	ブロッコリーのサラダ			ブロッコリー にんじん	キャベツ にんにく とうもろこし	砂糖	油	酢 塩 こしょう 酒	
	他	春雨スープ	豆腐 ★なると		小松菜	たまねぎ しょうが しいたけ	春雨	ごま油	チキンガラスープ 塩 酒 しょうゆ こしょう	
	他	いちごゼリー					★いちごゼリー			
28 (金)	主食	ミルクパン					ミルクパン			
	主菜	鮭のチーズマヨソース焼き	鮭	牛乳 生クリーム 粉チーズ		たまねぎ マッシュルーム		ノンエッグマヨネーズ	塩 こしょう	
	副菜	フレンチサラダ	ハム		小松菜 	にんじん	キャベツ きゅうり	油	酢 塩 こしょう	
	他	マカロニスープ			ほうれん草 にんじん	たまねぎ しめじ	★マカロニ		野菜ブイヨン 塩 こしょう	

☆小魚類（しらす・ちりめんじゃこ等）は、えび・かにを食べているか、えび・かにが混ざる漁場で採取しています。