令和７年　２月献立表

犬山市立南部中学校

今月の目標　感謝の気持ちをもって食事をしよう

日	曜	献立名	体の中での働き：主に体の組織をつくる 1群（魚・肉・卵・豆・豆製品）	2群（牛乳・乳製品・小魚・海藻）	主に体の調子を整える 3群（緑黄色野菜）	4群（その他の野菜・果物）	主にエネルギーになる 5群（穀類・いも類・砂糖）	6群（油脂）
3	月	白飯　牛乳		牛乳			米	
		けんちん信田の煮物	豆腐　油揚げ　たら	ひじき	にんじん	しょうが	砂糖　でんぷん	油
		おかか和え	かつおぶし		にんじん	白菜　きゅうり		
		冬野菜たっぷりつくね汁	鶏肉　ミックスみそ		ねぎ（緑）　にんじん	しょうが　大根　ねぎ（白）	でんぷん　さといも	
4	火	揚げパン（ココア）　牛乳		牛乳			小型ロール　ミルメーク	油
		焼きフランクフルト	フランクフルト					
		コールスローサラダ			にんじん	コーン　きゅうり　キャベツ	砂糖	油
		いんげん豆の豆乳ポタージュ	鶏肉　白いんげん豆　豆乳		にんじん　ほうれん草	玉葱	じゃがいも	油
5	水	白飯　牛乳		牛乳			米	
		魚の西京焼き	さわら　白みそ				砂糖	
		五目きんぴら	鶏肉　竹輪		にんじん	ごぼう　グリンピース　こんにゃく	砂糖	ごま　油　ごま油
		合格すまし汁	豆腐　梅型かまぼこ	わかめ	ねぎ（緑）　にんじん	えのきたけ　ねぎ（白）		
6	木	ひじきご飯　牛乳	鶏肉　油揚げ	牛乳　ひじき	にんじん	ごぼう　こんにゃく	α化米　α化もち米　砂糖	油
		かぼちゃひきにくフライ	豚肉		かぼちゃ	玉葱	砂糖　でんぷん　パン粉　小麦粉	油
		小松菜とツナの和え物	ツナ		小松菜　にんじん	もやし		ごま
		豆腐のみそ汁	豆腐　赤みそ		ねぎ（緑）	大根　玉葱　ねぎ（白）	じゃがいも	
7	金	麦ご飯　牛乳		牛乳			米　麦	
		八宝菜	豚肉　うずら卵		にんじん	白菜　玉葱　たけのこ　もやし　干ししいたけ	でんぷん	油
		春巻	豚肉		にんじん　にら	キャベツ　もやし　エリンギ	でんぷん　砂糖　小麦粉	油　ごま油
		ブロッコリーの中華和え			ブロッコリー	キャベツ	砂糖	ごま油　ごま
10	月	白飯　牛乳		牛乳			米	
		ハンバーグのおろしソース	鶏肉　豚肉			玉葱　大根	じゃがいも　砂糖　でんぷん	
		野菜のごま酢和え		ひじき	小松菜　にんじん	キャベツ	砂糖	ごま　ごま油
		豚汁	豚肉　豆腐　油揚げ　赤みそ		にんじん　ねぎ（緑）	大根　ごぼう　ねぎ（白）	じゃがいも	
12	水	白飯　牛乳		牛乳			米	
		おからと大豆のしゅうまい	豚肉　おから　大豆			玉葱	小麦粉　でんぷん　砂糖	油
		甘辛大豆麻婆豆腐	豚肉　大豆ミート 大豆　豆腐　赤みそ		ねぎ（緑）	大根　玉葱　コーン　しょうが にんにく　ねぎ（白）	でんぷん　砂糖	ごま油
		中華風酢の物	ささみオイル漬け	わかめ	にんじん	白菜　もやし	砂糖	ごま油
13	木	麦ご飯　牛乳		牛乳			米　麦	
		あじフリッター	あじ	おきあみ　あおさ			小麦粉　でんぷん　砂糖　米粉	油
		鶏肉じゃが	鶏肉		にんじん	玉葱　こんにゃく　グリンピース	じゃがいも　砂糖	油
		ほうれん草のおひたし	かつおぶし		ほうれん草	もやし		
14	金	ソフト麺　牛乳		牛乳			ソフト麺	
		ミートソース	豚肉　豚レバー		にんじん　トマト	玉葱　マッシュルーム　グリンピース	小麦粉	油
		ツナサラダ	ツナ			きゅうり　キャベツ　玉葱	砂糖	油
		お米のガトーショコラ					お米のガトーショコラ	
17	月	白飯　牛乳		牛乳			米	
		みそ煮込みおでん	豚肉　うずら卵　厚揚げ はんぺん　赤みそ			大根　こんにゃく	さといも　砂糖	
		いわしのしょうが煮	いわし			しょうが	砂糖　でんぷん	
		野菜の塩昆布和え		塩昆布	にんじん	キャベツ　きゅうり		
18	火	ミルクロール　牛乳		牛乳			ミルクロール	
		スパイシーチキン	鶏肉			にんにく	でんぷん	油
		ポークビーンズ	大豆　豚肉		にんじん	玉葱　グリンピース	じゃがいも	油
		ごぼうサラダ			にんじん	ごぼう　キャベツ		ノンエッグマヨネーズ　ごま
19	水	白飯　牛乳		牛乳			米	
		めばるのごまだれかけ	めばる				砂糖　でんぷん	ごま
		えのきの酢の物	竹輪	わかめ		えのきたけ　きゅうり	砂糖	
		いもこ汁	豚肉　豆腐		にんじん　ねぎ（緑）	ごぼう　こんにゃく　ねぎ（白）	さといも	
20	木	白飯　牛乳		牛乳			米	
		親子丼	鶏肉　卵　かまぼこ 高野豆腐		にんじん　ねぎ（緑）	玉葱　干ししいたけ　ねぎ（白）	砂糖	油
		ごぼう入りつくね	鶏肉			玉葱　ごぼう　しょうが	でんぷん　砂糖	油
		小松菜と切干大根のごま和え			小松菜	切干大根	砂糖	ごま
21	金	麦ご飯　牛乳		牛乳			米　麦	
		豚肉とれんこんの中華だれ	豚肉　大豆			れんこん	でんぷん　砂糖	油
		もやしとじゃこのナムル		しらす干し		もやし　きゅうり	砂糖	ごま油
		コーンスープ	ベーコン　豆腐		にんじん	玉葱　コーン	でんぷん	
25	火	白飯　牛乳		牛乳			米	
		チキンカツ	鶏肉				パン粉	油
		カレー	豚肉		にんじん	玉葱　グリンピース	じゃがいも	油
		れんこんのシャキシャキサラダ			にんじん　みずな	れんこん　コーン		ごまドレッシング
26	水	白飯　牛乳		牛乳			米	
		とうもろこし肉だんご	豚肉	ひじき	にんじん	玉葱　しょうが　コーン	でんぷん	
		ゆかり和え			にんじん　ゆかり粉	キャベツ　きゅうり		
		豆乳みそ汁	油揚げ　豆乳 ミックスみそ		にんじん　ねぎ（緑）	かぶ　大根　白菜　ねぎ（白） こんにゃく		
		ミルメーク（コーヒー）					ミルメーク	
27	木	麦ご飯　牛乳		牛乳			米　麦	
		たらの銀紙焼き	たら　みそ				砂糖　でんぷん	
		豚肉と大根の煮物	豚肉　はんぺん　厚揚げ		にんじん	大根	砂糖	油
		小松菜のなめたけ和え			小松菜　にんじん	もやし　味付けえのきたけ		ごま
28	金	白玉うどん　牛乳		牛乳			白玉うどん	
		五目あんかけうどん	鶏肉　かまぼこ　油揚げ		にんじん　ねぎ（緑）	白菜　干ししいたけ　ねぎ（白）	でんぷん	
		ちくわの磯辺揚げ	竹輪	あおのり			小麦粉	油
		野菜のごま和え			にんじん	キャベツ　もやし		ごま
		ヨーグルト		ヨーグルト				

名古屋経済大学学生献立

日本の郷土料理　山形県

毎月19日は食育の日

合格　受験応援献立

給食回数：　１・２年生　18回
　　３年生　　17回

★牛乳は毎日つきます。
★都合により献立が変更になる場合がありますがご了承ください。

★食材は、体の中での働きによって6群に分けられています。
★汁物のだしには、煮干しやむろあじ、昆布などを使用しています。

〇給食欠食の取扱いについて

病気やけが等による長期（連続して4日以上）の欠席又は出席停止が見込まれる場合、欠食の申し出があれば、申し出日から起算して6日目（土日祝含む）より対応可能です。
※アレルギー欠食は除きます
復食については決まっている場合は併せてお伝えください。予定より早く登校可能となった際は、弁当の持参をお願いする場合がありますのでご了承お願いします。