



学校給食献立予定表

令和7年度

こんだて名		黄(き)のなかま おもにエネルギーのもとになる		赤(あか)のなかま おもに体をつくるものとになる		緑(みどり)のなかま おもに体の調子を整えるものとになる		エネルギー たんぱく質 kcal g/g		ひとこと メッセージ	
日 (曜日)	しあさい 主菜(肉・魚・大豆や豆腐・たまごなど) 副菜(やさい・きのこ類・海藻類など)	牛 乳	たらしかがつ 炭水化物が多い	しほう 脂肪分が多い	たんぱく質が多い	もじつ 無機質が多い	りゆきいろ 緑黄色やさい	たんしゆ 淡色やさいなど	小4 599 23.9 16.3	中 716 27.9 18.5	
2 (月)	ごはん	牛 乳	こめ			ぎゅうにゅう					
	ぶたにくのからあげ	牛 乳	かたくりこ ごめこ	あげあぶら	ぶたにく			にんにく しょうが	599 23.9 16.3		
	ニラともやしのりあえ	牛 乳	さとう		のり	にら	もやし	はくさい			
	ちゅうかスープ		ごまあぶら	とりにく		ねぎ	たけのこ たまねぎ きくらげ				
3 (火)	ごもくずし 【せつぶんこんだて】	牛 乳	ごめ さとう	ごま	あぶらあげ	かちりじゃこ ぎゅうにゅう	にんじん さやいんげん	ゆのす たけのこ ほししいたけ	569 24.0 12.1	670 28.0 13.0	
	ささみのサラダ 	牛 乳	さとう	ごまあぶら	とりにく		にんじん	きゅうり もやし			
	すりみ汁 				すりみ	わかめ	ねぎ	はくさい えのきたけ			
	せつぶんまめ				だいす						
4 (水)	ごはん	牛 乳	こめ			ぎゅうにゅう			562 25.9 17.6	745 29.6 19.6	
	さばのみそに	牛 乳	さとう	さば みそ				しょうが			
	きりぼしだいこんのすのもの	牛 乳	さとう		こんぶ	にんじん	きりぼしだいこん キヤベツ ゆのす				
	ちくわのすまじる			ちくわ とうふ		ねぎ	たまねぎ えのきたけ				
5 (木)	わかめごはん	牛 乳	こめ			わかめ ぎゅうにゅう			659 25.0 20.8	781 29.4 24.1	
	にくどうふ	牛 乳	さとう		ぶたにく あつあげ		にんじん ねぎ	たまねぎ もやし こんにゃく しいたけ			
	しゃきしゃきサラダ		さとう	ごま ノンエッグマヨ				れんこん きゅうり だいこん コーン			
	しらぬいオレンジ							しらぬいオレンジ			
6 (金)	ごはん	牛 乳	こめ			ぎゅうにゅう			638 21.1 20.8	783 26.8 25.7	
	とりにくのなんばんづけ	牛 乳	かたくりこ ごめこ	さとう	あげあぶら	とりにく	にんじん ビーマン	たまねぎ			
	ほうれんそうのおひたし					かつおぶし		ほうれんそう はくさい			
	たまねぎのスープ						にんじん バセリ	たまねぎ			
7 (土)	ごはん 【食物せんい たっぷりこんだて】		こめ			ぎゅうにゅう			670 21.9 22.9	804 25.8 26.7	
	あつあげのちゅうかに	牛 乳	さとう	かたくりこ	ごまあぶら	ぶたにく あつあげ	にんじん チンゲンサイ	たまねぎ きくらげ しょうが			
	カラフルピーマンのサラダ		さとう		ツナ		ピーマン あかピーマン きパブリカ	キャベツ			
	ポテトのあおのりフライ		じゃがいも	あげあぶら		あおのり					
8 (日)	ごはん	牛 乳	こめ			ぎゅうにゅう			598 24.7 18.4	704 28.3 20.6	
	とりにくのママレードやき	牛 乳									
	りっちゃんのげんきサラダ										
	ごもくスープ										
9 (月)	ごはん		こめ			ぎゅうにゅう			600 21.9 21.1	735 25.9 24.5	
	あつあげのちゅうかに	牛 乳	さとう	かたくりこ	ごまあぶら	ぶたにく あつあげ	にんじん たまねぎ きくらげ しょうが				
	カラフルピーマンのサラダ		さとう								
	はりはりづけ		じゃがいも	あげあぶら		あおのり					
10 (火)	ごはん	牛 乳	こめ			ぎゅうにゅう			676 26.5 22.9	808 31.2 22.8	
	とりにくのママレードやき	牛 乳									
	りっちゃんのげんきサラダ										
	ごもくスープ										
11 (水)	にらそぼろどん	牛 乳	こめ	さとう	ぶたにく	ぎゅうにゅう	にら	しょうが	600 21.9 21.1	735 25.9 24.5	
	コーンサラダ		さとう		サラダあぶら		コーン キャベツ きゅうり				
	だいこんとベーコンのスープ										
	はるさめスープ 		はるさめ			とりにく	わかめ	にんじん こまつな			
12 (木)	ごはん ★リクエスト献立★ 「安芸中3-2」	飲 む ヨ ー グ ル ト	こめ	かたくりこ	あげあぶら ごま	とりにく	のむヨーグルト		799 23.0 17.9	940 27.4 22.1	
	ヤニニョムチキン		さとう								
	ボテトサラダ		じゃがいも	ノンエッグマヨ	ハム		にんじん きゅうり				
	チョコタルト										
※食材の都合で献立を変更する場合があります。予めご了承下さい。アレルギー食材を使用している場合は事前にお知らせいたします。											
◇ふるさと納税・物価高騰対応重点支援地方創生交付金を活用して給食を充実!栄養バランスのとれたおいしい給食を子どもたちに提供しています。											

★2月の給食目標★「バランスよく食べよう!」

～にがてなものでも ひと口チャレンジしてみよう～



安芸市立学校給食センター

こんだて名		黄(き)のなかま おもにエネルギーのもとになる		赤(あか)のなかま おもに体をつくるものとになる		緑(みどり)のなかま おもに体の調子を整えるものとになる		エネルギー たんぱく質 kcal g/g		ひとこと メッセージ	
日 (曜日)	しあさい 主菜(肉・魚・大豆や豆腐・たまごなど) 副菜(やさい・きのこ類・海藻類など)	牛 乳	たらしかがつ 炭水化物が多い	しほう 脂肪分が多い	たんぱく質が多い	もじつ 無機質が多い	りゆきいろ 緑黄色やさい	たんしゆ 淡色やさいなど	小4 599 23.9 16.3	中 716 27.9 18.5	
16 (月)	ごはん	牛 乳	こめ			ぎゅうにゅう			599 23.9 16.3		
	とうふキムチチゲ	牛 乳	ごまあぶら	ぶたにく				ねぎ			
	チャプチエ	牛 乳	はるさめ さとう	サラダあぶら ごまあぶら	ぶたにく			にんじん にら			
	じゃこアーモンド		さとう	アーモンド			かちりじゃこ				
17 (火)	ごはん	牛 乳	こめ			ぎゅうにゅう			599 23.9 16.3		
	ぶたにくのしょうがいため	牛 乳	さとう	サラダあぶら	ぶたにく		にんじん	しょうが たまねぎ			
	なすのたたき	牛 乳	さとう	あげあぶら ごま	かつお		ねぎ	なす ゆのす たまねぎ			
	さわにわん		かたくりこ		とりにく		にんじん みつば	たいこん たけのこ しいたけ			
18 (水)	しつぽくうどん	牛 乳	うどん さといも				とりにく あぶらあげ とうふ	ぎゅうにゅう	562 26.3 22.5	666 31.2 26.0	
	イカのかりんあげ	牛 乳	いか ごめこ かたくりこ	あげあぶら	いか			しょうが			
	ハッピートマトいりわかめサラダ		さとう	ごまあぶら	わかめ		ハッピートマト キヤベツ コーン	</td			