

学校給食献立表(中ブロック) 令和7年度2月分(2/2~2/27)

姫路市教育委員会

	2月2日(月)	2月3日(火)	2月4日(水)	2月5日(木)	2月6日(金)
こんだて	ごはん 牛乳 にくじやが あますあえ	一せつぶんこんだてー ごはん 牛乳 とうふじる いわしのたつたあげ せつぶんまめ	ごはん 牛乳 ビーフンスープ マーボーだいこん	パン 牛乳 ドララのドラキュラスープ  フレンチドック	おやどんぶり 牛乳 こまつなとれんこんのソテー
こんだてざいりょう	<input type="checkbox"/> ごはん <input type="radio"/> 牛乳  <input type="radio"/> ぶたにく <input type="checkbox"/> じゃがいも <input type="triangle"/> たまねぎ <input type="triangle"/> にんじん <input type="triangle"/> グリンピース <input type="triangle"/> こんにゃく <input type="triangle"/> しお <input type="triangle"/> しょうが <input type="checkbox"/> サラダあぶら <input type="checkbox"/> せいしゅ <input type="checkbox"/> さとう <input type="checkbox"/> うすくちしようゆ <input type="checkbox"/> こいくちしようゆ	<input type="checkbox"/> ごはん <input type="radio"/> 牛乳  <input type="radio"/> とうふ <input type="radio"/> あぶらあげ <input type="radio"/> わかめ <input type="triangle"/> えのきたけ <input type="triangle"/> にんじん <input type="triangle"/> はねぎ <input type="triangle"/> うすくちしようゆ <input type="triangle"/> こいくちしようゆ <input type="checkbox"/> けずりびし(だし) <input type="radio"/> いわし <input type="triangle"/> しょうが <input type="triangle"/> こいくちしようゆ <input type="triangle"/> せいしゅ	<input type="checkbox"/> ごはん <input type="radio"/> 牛乳  <input type="radio"/> ベーコン <input type="checkbox"/> ビーフン <input type="triangle"/> キャベツ <input type="triangle"/> ほうれんそう <input type="triangle"/> にんじん <input type="triangle"/> チキンスープ <input type="triangle"/> うすくちしようゆ <input type="triangle"/> しお <input type="triangle"/> こしょう <input type="checkbox"/> ごまあぶら	<input type="checkbox"/> パン <input type="radio"/> 牛乳  <input type="radio"/> ベーコン <input type="triangle"/> たまねぎ <input type="triangle"/> にんじん <input type="triangle"/> じゃがいも <input type="triangle"/> あかピーマン <input type="triangle"/> セロリ <input type="triangle"/> トマトケチャップ <input type="triangle"/> トマト <input type="checkbox"/> ポークスープ <input type="checkbox"/> オリーブオイル <input type="checkbox"/> さとう <input type="checkbox"/> しお <input type="checkbox"/> こしょう <input type="checkbox"/> ピーツパウダー	<input type="checkbox"/> ごはん <input type="radio"/> 牛乳  <input type="radio"/> ぶたにく <input type="triangle"/> こまつな <input type="triangle"/> れんこん <input type="triangle"/> しめじ <input type="checkbox"/> ごまあぶら <input type="checkbox"/> しお <input type="checkbox"/> こしょう <input type="checkbox"/> オイスターソース
こんだて	<input type="triangle"/> きゅうり <input type="triangle"/> かぶ <input type="triangle"/> しお <input type="triangle"/> にんじん <input type="checkbox"/> ごま <input type="checkbox"/> こめず <input type="checkbox"/> さとう <input type="checkbox"/> うすくちしようゆ	<input type="checkbox"/> でんぶん <input type="checkbox"/> あぶら	<input type="radio"/> だいす <input type="checkbox"/> さとう <input type="triangle"/> しょうが	<input type="radio"/> ぶたにく <input type="triangle"/> だいこん <input type="triangle"/> にんじん <input type="triangle"/> しめたけ <input type="triangle"/> にら <input type="triangle"/> しょが <input type="triangle"/> にんにく <input type="checkbox"/> トウバンジヤン <input type="checkbox"/> ポークスープ <input type="checkbox"/> ごまあぶら <input type="checkbox"/> さとう <input type="checkbox"/> こいくちしようゆ <input type="checkbox"/> あかみそ <input type="checkbox"/> せいしゅ <input type="checkbox"/> でんぶん	<input type="checkbox"/> フランクフルト <input type="checkbox"/> こむぎこ <input type="checkbox"/> ホットケーキのもと(たまごぬき) <input type="checkbox"/> てんぶらこ <input type="checkbox"/> あぶら
	2月9日(月)	2月10日(火)	2月12日(木)	2月13日(金)	2月16日(月)
こんだて	チキンカレー(こめこげんまいいりごはん) 牛乳 まめまめサラダ	ごはん 牛乳 こんさいのごまじる ぶたにくのしょうがやき	パン 牛乳 はくさいスープ ごぼうのソテー [△] チョコクリーム	ごはん 牛乳 ギョウザスープ こうやどうふのユーリンソースかけ	ごはん 牛乳 かんとうに ごぼうのかきあげ(こめこ) 
こんだてざいりょう	<input type="checkbox"/> ごはん <input type="checkbox"/> げんまい <input type="radio"/> けいにく <input type="checkbox"/> じゃがいも <input type="triangle"/> たまねぎ <input type="triangle"/> にんじん <input type="triangle"/> セロリ <input type="triangle"/> しょうが <input type="triangle"/> にんにく <input type="checkbox"/> サラダあぶら <input type="checkbox"/> ポークスープ <input type="checkbox"/> トマトケチャップ <input type="checkbox"/> ウスタークリーム <input type="checkbox"/> カレーこ <input type="checkbox"/> ガラムマサラ <input type="checkbox"/> パプリカ <input type="checkbox"/> こいくちしようゆ <input type="checkbox"/> みりん <input type="checkbox"/> こめこ <input type="checkbox"/> しお <input type="checkbox"/> こしょう	<input type="checkbox"/> ごはん <input type="radio"/> 牛乳  <input type="radio"/> だいこん <input type="triangle"/> にんじん <input type="checkbox"/> さといも <input type="checkbox"/> しお <input type="triangle"/> ごぼう <input type="radio"/> あぶらあげ <input type="triangle"/> はねぎ <input type="checkbox"/> ごま <input type="checkbox"/> みそ <input type="checkbox"/> みりん <input type="checkbox"/> にぼし(だし)	<input type="checkbox"/> パン <input type="radio"/> 牛乳  <input type="radio"/> ぶたにく <input type="radio"/> あつあげ <input type="triangle"/> はくさい <input type="triangle"/> こまつな <input type="triangle"/> にんじん <input type="triangle"/> うすくちしようゆ <input type="triangle"/> チキンスープ <input type="checkbox"/> しお <input type="checkbox"/> こしょう	<input type="checkbox"/> ごはん <input type="radio"/> 牛乳  <input type="radio"/> にんじん <input type="triangle"/> たまねぎ <input type="triangle"/> すいぎょうざ <input type="triangle"/> もやし <input type="triangle"/> ほうれんそう <input type="triangle"/> チキンスープ <input type="triangle"/> うすくちしようゆ <input type="checkbox"/> しお <input type="checkbox"/> こしょう	<input type="checkbox"/> ごはん <input type="radio"/> 牛乳  <input type="radio"/> ぎゅうにく <input type="radio"/> さつまあげ <input type="radio"/> うずらたまご <input type="triangle"/> こんにゃく <input type="triangle"/> しお <input type="triangle"/> じゃがいも <input type="triangle"/> だいこん <input type="triangle"/> にんじん <input type="triangle"/> しょうが <input type="checkbox"/> さとう <input type="checkbox"/> うすくちしようゆ <input type="checkbox"/> こいくちしようゆ
	牛乳 	<input type="radio"/> まぐろのあぶらづけ(こめゆ) <input type="radio"/> だいす <input type="checkbox"/> えだまめ <input type="triangle"/> キャベツ <input type="triangle"/> とうもろこし <input type="triangle"/> りんごす <input type="checkbox"/> さとう <input type="checkbox"/> サラダあぶら <input type="checkbox"/> サラダレッシング <input type="checkbox"/> しお <input type="checkbox"/> こしょう	<input type="checkbox"/> ぶたにく <input type="triangle"/> しょうが <input type="triangle"/> せいしゅ <input type="triangle"/> たまねぎ <input type="triangle"/> ピーマン <input type="checkbox"/> こいくちしようゆ <input type="checkbox"/> さとう <input type="checkbox"/> サラダあぶら	<input type="checkbox"/> ごぼう <input type="checkbox"/> こめず <input type="triangle"/> にんじん <input type="triangle"/> キャベツ <input type="radio"/> ポークハム <input type="triangle"/> うすくちしようゆ <input type="checkbox"/> サラダレッシング <input type="checkbox"/> サラダあぶら <input type="checkbox"/> チョコクリーム	<input type="checkbox"/> こうやどうふ <input type="checkbox"/> でんぶん <input type="checkbox"/> ジャガエイモ <input type="triangle"/> あぶら <input type="triangle"/> ねぶかねぎ <input type="triangle"/> しょうが <input type="triangle"/> あかピーマン <input type="triangle"/> にんにく <input type="checkbox"/> さとう <input type="checkbox"/> こいくちしようゆ <input type="checkbox"/> こめず <input type="checkbox"/> ごまあぶら

○赤の食品…体をつくるもの（たんぱくしつ・むきしつ） □黄の食品…ねつや力のもとになるもの（たんすいかぶつ・しほう） △緑の食品…体の調子をととのえるもの（ビタミン）

特定原材料表示 卵: 

乳製品: 

小麦: 

えび: 

かに: 

そば: 

落花生: 

くるみ: 

学校給食献立表(中ブロック) 令和7年度2月分(2/2~2/27)

姫路市教育委員会

	2月17日(火)	2月18日(水)	2月19日(木)	2月20日(金)	2月24日(火)	2月25日(水)
こんだて	くろざとうパン 牛乳 イタリアンスパゲティ キャベツとツナのソテー	ごはん 牛乳 かきたまじる ひじきのあぶらいため	-しょくいくのひー ^め ひめじれんこんごはん 牛乳 やさいのみそしる ひねどりのいためもの	ごはん 牛乳 カムジャタン たらのてんぷら	パン 牛乳 ポトフ ドライカレー	ごはん 牛乳 さわにわん さばのかわりみそに きゅうりのしょうゆづけ
こんだてざいりょう	<input type="checkbox"/> パン <input type="checkbox"/> くろざとう <input checked="" type="radio"/> 牛乳 <input type="checkbox"/> スパゲティ <input type="checkbox"/> ベーコン <input type="checkbox"/> たまねぎ <input type="checkbox"/> にんじん <input type="checkbox"/> しめじ <input type="checkbox"/> バセリ <input type="checkbox"/> サラダあぶら トマトケチャップ ちゅうのうソース しお こしょう <input type="checkbox"/> キャベツ <input type="checkbox"/> まぐろのあぶらづけ(めぬ) <input type="checkbox"/> にんじん <input type="checkbox"/> さとう こめず しお こしょう <input type="checkbox"/> サラダあぶら	<input type="checkbox"/> ごはん <input checked="" type="radio"/> 牛乳 <input type="checkbox"/> とうふ <input type="checkbox"/> にんじん <input type="checkbox"/> はねぎ <input type="checkbox"/> わかめ <input type="checkbox"/> たまご <input type="checkbox"/> うすくちしょうゆ <input type="checkbox"/> こいくちしょうゆ <input type="checkbox"/> けずりびし(だし) <input type="checkbox"/> でんぶん <input checked="" type="radio"/> ひじき <input type="checkbox"/> にんじん <input type="checkbox"/> あぶらあげ <input type="checkbox"/> けいにく <input type="checkbox"/> えだまめ <input type="checkbox"/> サラダあぶら <input type="checkbox"/> さとう <input type="checkbox"/> うすくちしょうゆ <input type="checkbox"/> こいくちしょうゆ	<input type="checkbox"/> ごはん <input type="checkbox"/> ぶたにく <input type="checkbox"/> れんこん <input type="checkbox"/> にんじん <input type="checkbox"/> はねぎ <input type="checkbox"/> しようが <input type="checkbox"/> こいくちしょうゆ <input type="checkbox"/> さとう <input type="checkbox"/> せいしゅ <input type="checkbox"/> ごまあぶら <input checked="" type="radio"/> 牛乳 <input type="checkbox"/> だいこん <input type="checkbox"/> さつまいも <input type="checkbox"/> にんじん <input type="checkbox"/> たまねぎ <input type="checkbox"/> はねぎ <input type="checkbox"/> みそ <input type="checkbox"/> にぼし(だし) <input type="checkbox"/> ひねどり <input type="checkbox"/> あぶらあげ <input type="checkbox"/> にんじん <input type="checkbox"/> キャベツ <input type="checkbox"/> にら <input type="checkbox"/> しようが <input type="checkbox"/> こいくちしょうゆ <input type="checkbox"/> しお <input type="checkbox"/> こしょう <input type="checkbox"/> ごまあぶら <input type="checkbox"/> トマトケチャップ ウスターソース カレーこ ワインふちゅうみりょう ににく しお こしょう <input type="checkbox"/> ごまあぶら	<input type="checkbox"/> ごはん <input checked="" type="radio"/> 牛乳 <input type="checkbox"/> ぶたにく <input type="checkbox"/> せいしゅ <input type="checkbox"/> じゃがいも <input type="checkbox"/> たまねぎ <input type="checkbox"/> にんじん <input type="checkbox"/> じゃがいも <input type="checkbox"/> たまねぎ <input type="checkbox"/> たけのこ <input type="checkbox"/> にら <input type="checkbox"/> サラダあぶら ポークスープ ワインふちゅうみりょう しお <input type="checkbox"/> こしょう <input checked="" type="radio"/> ぎゅうにく <input type="checkbox"/> とりレバー <input type="checkbox"/> たまねぎ <input type="checkbox"/> セロリ <input type="checkbox"/> にんじん <input type="checkbox"/> たいす <input type="checkbox"/> しうが <input type="checkbox"/> サラダあぶら トマトケチャップ ウスターソース カレーこ ワインふちゅうみりょう ににく しお <input type="checkbox"/> こしょう <input type="checkbox"/> ポークスープ	<input type="checkbox"/> パン <input type="checkbox"/> 牛乳 <input type="checkbox"/> ポークフランク <input type="checkbox"/> キャベツ <input type="checkbox"/> にんじん <input type="checkbox"/> だいこん <input type="checkbox"/> しいたけ <input type="checkbox"/> みつば <input type="checkbox"/> ごぼう <input type="checkbox"/> うすくちしょうゆ <input type="checkbox"/> しお <input type="checkbox"/> みりん <input type="checkbox"/> けずりびし(だし) <input type="checkbox"/> さば <input type="checkbox"/> ねぶかねぎ <input type="checkbox"/> トウバンジャン <input type="checkbox"/> ににく <input type="checkbox"/> しうが <input type="checkbox"/> ごまあぶら <input type="checkbox"/> さとう <input type="checkbox"/> あかみそ <input type="checkbox"/> こいくちしょうゆ <input type="checkbox"/> せいしゅ <input type="checkbox"/> きゅうり <input type="checkbox"/> しお <input type="checkbox"/> しうが <input type="checkbox"/> こいくちしょうゆ <input type="checkbox"/> さとう <input type="checkbox"/> みりん <input type="checkbox"/> こめず	

2月26日(木)			2月27日(金)			2月平均栄養量									
こんだて	パンブキンパン 牛乳 とうにゅうスープ にこみハンバーグ		ごはん 牛乳 はっぽうさい けいにくのからあげ		(小学校4年生)										
					エネルギー	612kcal									
こんだてざいりょう	<input type="checkbox"/> パン <input checked="" type="checkbox"/> かばちゃ <input type="radio"/> 牛乳 <input type="checkbox"/> おしむぎ <input type="radio"/> とうにゅう <input checked="" type="checkbox"/> キャベツ <input type="checkbox"/> にんじん <input type="checkbox"/> たまねぎ <input checked="" type="checkbox"/> ベーコン <input checked="" type="checkbox"/> えだまめ <input type="checkbox"/> サラダあぶら <input type="checkbox"/> チキンスープ <input type="checkbox"/> しお <input type="checkbox"/> こしょう <input type="radio"/> みそ <input type="checkbox"/> ハンバーグ(こむぎぬき) <input checked="" type="checkbox"/> たまねぎ <input type="checkbox"/> サラダあぶら <input checked="" type="checkbox"/> しめじ <input type="checkbox"/> トマトケチャップ <input type="checkbox"/> ウスターソース <input type="checkbox"/> さとう <input type="checkbox"/> でんぶん	 <input type="checkbox"/> ごはん <input type="radio"/> 牛乳 <input type="checkbox"/> ぶたにく <input type="radio"/> いか <input checked="" type="checkbox"/> はくさい <input type="checkbox"/> にんじん <input type="checkbox"/> たまねぎ <input type="checkbox"/> ねぶかねぎ <input type="checkbox"/> うずらたまご <input type="checkbox"/> だけのこ <input type="checkbox"/> さくらげ <input type="checkbox"/> しょうが <input type="checkbox"/> サラダあぶら <input type="checkbox"/> チキンスープ <input type="checkbox"/> うすくちしょうゆ <input type="checkbox"/> さとう <input type="checkbox"/> でんぶん <input type="checkbox"/> しお <input type="checkbox"/> こしょう <input type="checkbox"/> こめず <input type="checkbox"/> ごまあぶら <input type="checkbox"/> けいにく <input checked="" type="checkbox"/> しょうが <input type="checkbox"/> こいくちしょうゆ <input type="checkbox"/> せいしゅ <input type="checkbox"/> でんぶん <input type="checkbox"/> あぶら	 <input type="checkbox"/> たんぱく質  <input type="checkbox"/> 脂質  <input type="checkbox"/> カルシウム  <input type="checkbox"/> 鉄  <table border="1"> <tr> <td rowspan="3">ビタミン</td> <td>A</td> <td>243µgRAE</td> </tr> <tr> <td>B1</td> <td>0.39mg</td> </tr> <tr> <td>B2</td> <td>0.49mg</td> </tr> <tr> <td>C</td> <td>21mg</td> </tr> </table>  <input type="checkbox"/> 食塩相当量  <input type="checkbox"/> 食物繊維  <input type="checkbox"/> マグネシウム  <input type="checkbox"/> 亜鉛	ビタミン	A	243µgRAE	B1	0.39mg	B2	0.49mg	C	21mg	24.0g 30.2% 311mg 2.2mg 243µgRAE 0.39mg 0.49mg 21mg 2.2g 4.6g 76mg 3.0mg	 <input type="checkbox"/> 「高野豆腐(角切り) --- 50 <input type="checkbox"/> でんぶん ----- 50 <input type="checkbox"/> じゃがいも ----- 150 <input type="checkbox"/> 揚げ油 ----- 適量	 <input type="checkbox"/> 「根深ねぎ ----- 15 <input type="checkbox"/> 土しょうが ----- 2.5 <input type="checkbox"/> おろしにんにく----- 0.5 <input type="checkbox"/> 砂糖 ----- 20 <input type="checkbox"/> しょうゆ（濃） ----- 20 <input type="checkbox"/> 米酢 ----- 10 <input type="checkbox"/> 水 ----- 35 <input type="checkbox"/> 赤ピーマン ----- 20 <input type="checkbox"/> ごま油 ----- 0.5
ビタミン	A	243µgRAE													
	B1	0.39mg													
	B2	0.49mg													
C	21mg														
       		   													
 		 													
献立紹介			作ってみませんか?			-2月13日(金)-									
新献立			高野豆腐の油淋ソースかけ			材料 5人分 分量(g)									
【作り方】			①高野豆腐はもどし、水気をきる。じゃがいもは角切り、根深ねぎはみじん切り、土しょうがはすりおろし、赤ピーマンはせん切りにする。 ②高野豆腐にでんぶんをまぶして揚げる。じゃがいもは素揚げする。 ③④を熱し、赤ピーマンとごま油を加える。 ④③と④を混ぜ合わせて仕上げる。			①高野豆腐(角切り) --- 50 でんぶん ----- 50 じゃがいも ----- 150 揚げ油 ----- 適量									
 			②③④を熱し、赤ピーマンとごま油を加える。 ④③と④を混ぜ合わせて仕上げる。			①高野豆腐(角切り) --- 50 でんぶん ----- 50 じゃがいも ----- 150 揚げ油 ----- 適量									
 			 			 									

○赤の食品…体をつくるもの（たんぱくしつ・むきしつ）

□薦の食品…ねつや力のもとになるもの（たんすいかぶ

△緑の食品…体の調子をととのえるもの（ビタミン）

特定原材料表示



乳製品：

小麦：

えび :

かに : 

そば：

落花生：

くるみ: