

学校給食献立表(北部学校給食センターB) 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)		
献立	ご飯 牛乳 肉じゃが 鶏肉のゆず香り焼き こまつなのごまあえ		一節分献立 ご飯 牛乳 すまし汁 いわしフライ 五目煮豆		パン 牛乳 ソーススパゲティ 鶏肉のスパイス揚げ はくさいとじやこのサラダ		ご飯 牛乳 とうもろこしのスープ 蒸しシュウマイ ビーフンサラダ		チキンカレーライス 牛乳 ケーブルリリー ごぼうのごまソテー		
献立	□ ご飯 ○ 牛乳 ○ 豚肉 □ じゃがいも △ たまねぎ △ にんじん △ グリンピース △ こんにゃく △ しうが □ サラダ油 □ 砂糖 うすくちしょうゆ こいくちしょうゆ みりん 塩		□ ご飯 ○ 牛乳 ○ 豆腐 ○ かまぼこ ○ わかめ △ にんじん △ えのきたけ △ 葉ねぎ △ 塩 うすくちしょうゆ 削り節(だし) 昆布(だし)	□ パン ○ 牛乳 □ スパゲティ ○ 塩 □ サラダ油 ○ 豚肉 ○ ちくわ △ キャベツ △ にんじん △ 葉ねぎ △ うすくちしょうゆ △ とんかつソース △ ウスターソース △ こしょう ○ いわしのカリカリフライ	□ ご飯 ○ 牛乳 △ とうもろこし ○ 鶏卵 △ たまねぎ △ えのきたけ △ パセリ ○ チキンスープ □ でんぶん △ うすくちしょうゆ △ 塩 △ こしょう ○ ポークシュウマイ		□ ご飯 ○ 牛乳 △ ぱくし ○ カレー粉 △ じがいも △ たまねぎ △ にんじん △ セロリ △ グリンピース △ しうが △ ににく □ サラダ油 ○ 米粉 ○ ガラムマサラ ○ バブリカパウダー ○ チキンスープ △ とんかつソース △ トマトケチャップ △ こいくちしょうゆ △ みりん △ 塩 △ こしょう		□ ご飯 ○ 鶏肉 ○ カレー粉 △ じがいも △ たまねぎ △ にんじん △ セロリ △ グリンピース △ しうが △ ににく □ サラダ油 ○ 米粉 ○ ガラムマサラ ○ バブリカパウダー ○ チキンスープ △ とんかつソース △ トマトケチャップ △ こいくちしょうゆ △ みりん △ 塩 △ こしょう		
材料	○ 鶏肉 清酒 うすくちしょうゆ 砂糖 △ ゆず果汁 みりん 塩		○ 大豆 ○ 鶏肉 △ れんこん △ にんじん △ こんにゃく □ 砂糖 うすくちしょうゆ こいくちしょうゆ	○ 鶏肉 ○ 塩 ○ こしょう ○ サラダスパイス ○ ワイン風調味料 □ でんぶん □ 油	○ ポークシュウマイ □ ビーフン △ キャベツ △ 塩 △ にんじん ○ ささみ油漬け □ サラダドレッシング △ はくさい △ ほうれんそう △ 塩 ○ ちりめんじやこ うすくちしょうゆ □ 砂糖 ○ 米酢 □ サラダ油 □ ごま油		○ 牛乳 ○ 豚肉 ○ にんじん ○ 油揚げ ○ 昆布 △ しいたけ ○ サラダ油 ○ こいくちしょうゆ ○ みりん □ 砂糖		○ 牛乳 ○ 豚肉 ○ にんじん ○ 油揚げ ○ 昆布 △ しいたけ ○ サラダ油 ○ こいくちしょうゆ ○ みりん □ 砂糖		△ ごぼう ○ 米酢 △ にんじん ○ チキンハム ○ ごま うすくちしょうゆ □ サラダドレッシング △ 塩 ○ サラダ油
	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)		
献立	ご飯 牛乳 はるさめスープ スタミナ焼肉 ツナポテト		あんかけ丼 牛乳 さわらのから揚げ もやしのサラダ		ご飯 牛乳 八宝菜 揚げシュウマイ れんこんとハムのサラダ		パン 牛乳 ポークビーンズ ポテトささみカツ もやしの炒めサラダ		ご飯 牛乳 豚汁 あじフライ こまつなのごま炒め		
献立	□ ご飯 ○ 牛乳 ○ チキンハム □ はるさめ △ しいたけ △ たまねぎ △ こまつな △ にんじん △ チキンスープ うすくちしょうゆ 塩 △ こしう □ ごま油 □ でんぶん		□ ご飯 ○ 牛乳 △ 豚肉 △ たまねぎ △ にんじん △ 油揚げ △ しめじ △ 根深ねぎ △ しょうが ○ サラダ油 □ 砂糖 うすくちしょうゆ △ こいくちしょうゆ △ みりん △ 塩 □ でんぶん △ 削り節(だし)	□ ご飯 ○ 牛乳 ○ 豚肉 △ はくさい △ にんじん △ たまねぎ △ 葉ねぎ ○ うずら卵 △ たけのこ △ しいたけ △ しょうが ○ サラダ油 ○ チキンスープ うすくちしょうゆ □ 砂糖 □ でんぶん △ 塩 ○ さわら ○ 塩 △ こしう □ ごま油 □ 米酢	□ パン ○ 牛乳 ○ 豚肉 △ ワイン風調味料 △ じめじ △ たまねぎ △ にんじん △ たけのこ △ しいたけ △ しょうが ○ サラダ油 ○ チキンスープ うすくちしょうゆ □ 砂糖 □ でんぶん △ 塩 ○ ささみカツ ○ 油		□ ご飯 ○ 牛乳 ○ 豚肉 ○ 豆腐 △ だいこん △ ごぼう △ にんじん △ こんにゃく △ 葉ねぎ ○ みそ ○ 煮干し(だし)		□ ご飯 ○ 牛乳 ○ 豚肉 ○ 豆腐 △ だいこん △ ごぼう △ にんじん △ こんにゃく △ 葉ねぎ ○ みそ ○ 煮干し(だし)		
材料	○ 牛肉 △ ににく △ しょうが □ トウバンジヤン □ ごま油 △ たまねぎ △ にら △ 塩 △ こしう △ 清酒 □ 砂糖 △ こいくちしょうゆ ○ みそ □ でんぶん		○ 牛乳 ○ さわら ○ 塩 △ こしう □ でんぶん ○ 油	○ ポークシュウマイ ○ 油	△ もやし △ 塩 △ きゅうり △ にんじん ○ チキンハム ○ ごま ○ サラダドレッシング うすくちしょうゆ △ 米酢 □ 砂糖 □ サラダ油		△ れんこん ○ 米酢 △ チキンハム △ にんじん ○ ごま ○ サラダドレッシング うすくちしょうゆ △ 塩 ○ こしう		△ はくさい △ こまつな △ 塩 △ うすくちしょうゆ △ みりん ○ ごま ○ サラダ油		
	2月14日(水)		2月15日(木)		2月17日(土)		2月18日(日)		2月19日(月)		
献立	ご飯 牛乳 はるさめスープ スタミナ焼肉 ツナポテト		ご飯 牛乳 さわらのから揚げ もやしのサラダ		ご飯 牛乳 八宝菜 揚げシュウマイ れんこんとハムのサラダ		パン 牛乳 ポークビーンズ ポテトささみカツ もやしの炒めサラダ		ご飯 牛乳 豚汁 あじフライ こまつなのごま炒め		
献立	□ ご飯 ○ 牛乳 ○ チキンハム □ はるさめ △ しいたけ △ たまねぎ △ こまつな △ にんじん △ チキンスープ うすくちしょうゆ 塩 △ こしう □ ごま油 □ でんぶん		□ ご飯 ○ 牛乳 ○ 豚肉 △ はくさい △ にんじん △ たまねぎ △ 葉ねぎ ○ うずら卵 △ たけのこ △ しいたけ △ しょうが ○ サラダ油 ○ チキンスープ うすくちしょうゆ □ 砂糖 □ でんぶん △ 塩 ○ さわら ○ 塩 △ こしう □ ごま油 □ 米酢	□ パン ○ 牛乳 ○ 豚肉 ○ 豆腐 △ だいこん △ ごぼう △ にんじん △ こんにゃく △ 葉ねぎ ○ みそ ○ 煮干し(だし)		□ ご飯 ○ 牛乳 ○ 豚肉 ○ 豆腐 △ だいこん △ ごぼう △ にんじん △ こんにゃく △ 葉ねぎ ○ みそ ○ 煮干し(だし)		□ ご飯 ○ 牛乳 ○ 豚肉 ○ 豆腐 △ だいこん △ ごぼう △ にんじん △ こんにゃく △ 葉ねぎ ○ みそ ○ 煮干し(だし)		□ ご飯 ○ 牛乳 ○ 豚肉 ○ 豆腐 △ だいこん △ ごぼう △ にんじん △ こんにゃく △ 葉ねぎ ○ みそ ○ 煮干し(だし)	
材料	○ 牛肉 △ ににく △ しょうが □ トウバンジヤン □ ごま油 △ たまねぎ △ にら △ 塩 △ こしう △ 清酒 □ 砂糖 △ こいくちしょうゆ ○ みそ □ でんぶん		○ 牛乳 ○ さわら ○ 塩 △ こしう □ でんぶん ○ 油	○ ポークシュウマイ ○ 油	△ もやし △ 塩 △ きゅうり △ にんじん ○ チキンハム ○ ごま ○ サラダドレッシング うすくちしょうゆ △ 米酢 □ 砂糖 □ サラダ油		△ れんこん ○ 米酢 △ チキンハム △ にんじん ○ ごま ○ サラダドレッシング うすくちしょうゆ △ 塩 ○ こしう		△ はくさい △ こまつな △ 塩 △ うすくちしょうゆ △ みりん ○ ごま ○ サラダ油		

○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 :

小麦 :

えび :

かに :

そば :

落花生 :

くるみ :

学校給食献立表(北部学校給食センターB) 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)		
献立	ご飯 牛乳 スミーテン タッカルビ れんこんのきんぴら		パン 牛乳 ミネストローネ タッティギム キャベツとツナのサラダ		一食育の日ー ご飯 牛乳 姫路おでん あじの有馬焼き ごぼうの炒め物		パン 牛乳 ポトフ 鶏肉のスパイス焼き ごまつなと大豆のソテー		ご飯 牛乳 カレーうどん いわしの竜田揚げ はくさいのソテー		
献立	□ ご飯 ○ 牛乳 ○ 鶏卵 △ ポークハム △ コーンクリーム △ とうもろこし △ たまねぎ △ チンゲンサイ △ チキンスープ △ うすくちしおゆ △ 清酒 △ 塩 △ こしょう □ でんぶん		□ パン ○ 牛乳 ○ ベーコン △ じゃがいも △ たまねぎ △ にんじん ○ 大豆 △ エリンギ △ セロリ △ にんにく □ サラダ油 △ トマト △ トマトピューレ □ トマトケチャップ □ 砂糖 □ 塩 △ こしょう △ バジルピューレ □ オリーブ油 □ チキンスープ △ みりん △ うすくちしおゆ □ 砂糖 △ コチジャン △ 塩 □ ごま油 □ でんぶん		□ ご飯 ○ 牛乳 △ だいこん △ こんにゃく △ にんじん △ ちくわ △ じゃがいも ○ かんむどき □ 砂糖 △ うすくちしおゆ △ こいくちしおゆ □ みりん △ しおが △ 剥き節(だし)		□ パン ○ 牛乳 ○ ポークフランク △ はくさい △ にんじん △ じゃがいも △ たまねぎ △ だいこん ○ チキンスープ △ ワイン風調味料 □ 塩 △ こしょう		□ うどん ○ 豚肉 ○ 油揚げ △ たまねぎ △ にんじん △ 葉ねぎ △ カレー粉 □ カレールウ △ うすくちしおゆ △ こいくちしおゆ ○ みりん □ 塩 □ でんぶん △ 剥き節(だし)		
献立	○ 鶏肉 △ じゃがいも △ にら △ たまねぎ △ しおが △ にんにく □ サラダ油 △ チキンスープ △ みりん △ うすくちしおゆ □ 砂糖 △ コチジャン △ 塩 □ ごま油 □ でんぶん		○ △ 鶏肉 △ にんにく △ こいくちしおゆ △ 清酒 △ カイエンペッパー □ 塩 □ でんぶん □ 油		○ △ あじ ○ 塩 △ うすくちしおゆ ○ みりん □ 清酒 △ 砂糖 △ 山椒粉 □ でんぶん		○ 鶏肉 ○ 塩 △ こしょう ○ サラダスパイス ○ サラダ油 ○ ワイン風調味料		○ いわし △ しおが △ こいくちしおゆ △ 清酒 □ でんぶん □ 油		
材料	○ 鶏肉 △ れんこん △ にんじん △ しおが □ サラダ油 △ 清酒 △ うすくちしおゆ △ こいくちしおゆ □ 砂糖 △ みりん □ ごま油		○ △ まぐろ油漬け ○ キャベツ △ 塩 △ にんじん △ 米酢 □ 砂糖 □ サラダ油 △ こしょう		○ △ ごぼう ○ 米酢 ○ 豚肉 ○ サラダ油 △ にんじん △ はるさめ △ にら △ しおが ○ みりん △ うすくちしおゆ △ こいくちしおゆ □ 砂糖 △ ごま □ ごま油 □ 塩 △ こしょう		△ ごまつな ○ キャベツ △ 塩 △ にんじん ○ チキンハム ○ 大豆 □ ごま ○ サラダドレッシング △ うすくちしおゆ △ こしょう ○ サラダ油		△ はくさい ○ 塩 ○ ささみ油漬け □ サラダ油 ○ 米酢 △ うすくちしおゆ □ 砂糖 △ こしょう		
	2月25日(水)		2月26日(木)		2月27日(金)		2月平均栄養量 (中学校)		A	264μgRAE	
献立	ご飯 牛乳 わかめスープ 鶏肉の照り焼き キムチ炒め		ご飯 牛乳 せんべい汁 シュンユイ 野菜炒め		パン 牛乳 トマトジャガ ハンバーグのれんこんソース りっちゃんのサラダ 黒豆きなこクリーム		エネルギー 746kcal	B1	0.49mg		
献立	□ ご飯 ○ 牛乳 ○ わかめ ○ 豆腐 △ たまねぎ △ にんじん △ えのきたけ △ 葉ねぎ △ チキンスープ △ うすくちしおゆ △ 塩 △ こしょう ○ ごま油		□ ご飯 ○ 牛乳 ○ 鶏肉 △ こんにゃく ○ 油揚げ △ ごぼう △ にんじん △ しめじ △ だいこん △ 葉ねぎ ○ せんべい △ うすくちしおゆ △ こいくちしおゆ △ 剥き節(だし)		□ パン ○ 牛乳 ○ 豚肉 △ にんにく △ にんじん △ たまねぎ △ じゃがいも ○ トマト ○ サラダ油 ○ 塩 ○ 砂糖 △ うすくちしおゆ △ 清酒 △ チキンスープ △ バジルピューレ ○ オリーブ油			B2	0.57mg		
献立	○ 鶏肉 △ こいくちしおゆ △ うすくちしおゆ □ 砂糖 △ みりん		○ すけとうだら ○ 塩 △ こしょう □ でんぶん □ 油 △ 根深ねぎ □ サラダ油 △ みりん △ しおが △ こいくちしおゆ □ 砂糖		○ 鶏豚ハンバーグ △ たまねぎ △ れんこん ○ サラダ油 ○ トマトケチャップ △ とんかつソース ○ 砂糖 △ みりん □ でんぶん			C	29mg		
材料	○ 豚肉 △ 塩 △ こしょう △ 清酒 ○ サラダ油 △ はくさいキムチ △ もやし △ にら △ こいくちしおゆ △ みりん □ ごま油		○ ベーコン △ にんじん △ にら △ もやし ○ サラダ油 △ こしょう △ こいくちしおゆ		○ チキンハム △ キャベツ △ 塩 △ にんじん △ きゅうり △ とうもろこし ○ 塩 ○ かつおぶし △ 米酢 ○ サラダ油 △ こしょう						
献立紹介 <u>作ってみませんか?</u>						れんこんのきんぴら					
						【作り方】					
						材料 5人分 分量(g)					
						①れんこんは厚さ3~4mmのいちょう切り、にんじんは幅3mmの短冊切りにする。 ②サラダ油を熱し、すりおろした土しおがを炒めて香りを出し、鶏ひき肉と清酒を入れて炒める。 ③にんじんとれんこんを加えて炒め、調味料を入れる。(水を適量加えてもよい) ④ごま油を加えて仕上げる。					

○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:

乳製品:

小麦:

えび:

かに:

そば:

落花生:

くるみ: