



令和7年度

2月

学校給食予定献立表



←HP



←Instagram

@sanyo_onoda.kyushoku

山陽小野田市学校給食センター



日	曜	献立名		主 な 材 料					栄養価		家庭で とりたい 食品		
		主 食	牛乳	主菜・副菜	主に体の組織をつくる(赤)		主に体の調子を整える(緑)		主にエネルギーになる(黄)			エネルギー(kcal) たんぱく質(g)	
					1群 魚・肉・卵 豆・豆製品	2群 牛乳・乳製品 小魚・海そう	3群 緑黄色野菜	4群 その他の野菜 果物	5群 米 パン めん いも・砂糖	種実類 油脂類			小学校
【節分献立】2月3日は節分です。この日に年の数の豆を食べると健康で過ごせるといわれています。他にも、いわしを食べて体の邪気を追い払う風習もあるそうです。1日早いですが、節分献立を実施します。													
2	月	ごはん	○	いわしのしょうが煮 しそひきあえ みそ汁	大豆	牛乳		しょうが きゅうり キャベツ キャベツ だいこん えのきたけ	米 黒糖 砂糖 でんぶん 砂糖	606 24.2	743 28.5	種実類	
【中3リクエスト献立】★マークのついた献立は、市内の中学3年生が、もう一度食べたいと思った給食のリクエストランキング上位の献立です。													
3	火	★えびピラフ	○	鶏肉と大豆のトマト煮 ハムサラダ ★焼きプリンタルト	鶏肉 大豆 ハム		にんじん ブロッコリー トマト にんじん	たまねぎ にんにく キャベツ きゅうり とうもろこし とうもろこし	じゃがいも 砂糖 砂糖 焼きプリンタルト	オリーブ油 油	676 26.4	791 31.6	くだもの
4	水	背割りパン	○	ドライカレー コンソメスープ りんご	大豆ミート 豚ひき肉 牛ひき肉 鶏肉		にんじん にんじん チンゲンサイ	たまねぎ にんにく たまねぎ りんご	じゃがいも パン	油	600 28.2	720 33.9	やさい
5	木	ごはん	○	中華丼の具 きりぼしだいこん ちゅうか 切干大根の中華あえ アーモンド	豚肉 いか かまぼこ 鶏ささみ水煮		にんじん さやえんどう にんじん	たまねぎ キャベツ もやし たけのこ きくらげ 切干大根 きゅうり	砂糖 でんぶん 砂糖 ごま ごま油	油 ごま	580 25.9	702 30.9	かいそう
6	金	米粉パン いちごジャム	○	鶏肉のごま照り焼き ゆず吉マリネ フォー	鶏肉	牛乳		キャベツ とうもろこし きゅうり キャベツ ゆず吉 たまねぎ もやし 干しいたけ	パン パン粉 砂糖 砂糖 フォー	ごま オリーブ油	600 27.8	703 31.4	さかな
【ふぐの日】2月9日はふぐの日です。「ふ(2)く(9)」という語呂合わせが由来になっています。ふぐの取り扱い量が日本一の下関では、ふぐのことを「ふく」と呼び、縁起の良い魚として知られています。													
9	月	ごはん	○	肉みそねぎ三昧 ふく汁 ★小野茶ムース	豚ひき肉 みそ まふぐ 豆腐		ねぎ にんじん ねぎ		砂糖 じゃがいも 米	ごま油	611 26.2	739 31.6	やさい
10	火	ごはん	○	豚肉としらたきの甘辛 煮 かきたま汁	豚肉 豆腐 たまご 鶏肉 かまぼこ	牛乳	にんじん さやいんげん にんじん こまつな	たまねぎ ごぼう しらたき たまねぎ 干しいたけ	砂糖 でんぶん しらたき でんぶん	油 ごま	569 27.8	710 34.1	いも類
12	木	★小わかめごはん	○	★肉うどん じゃこサラダ あじわいプリン	牛肉 油揚げ	しらす干し	にんじん ねぎ にんじん	たまねぎ キャベツ きゅうり	うどん 砂糖 砂糖		582 20.9	701 24.8	たまご
13	金	米粉パン マーシャルピーンズ ★揚げパン (中3のみ)	○	クリームシチュー ★ツナサラダ	鶏肉 きな粉	牛乳	にんじん にんじん	たまねぎ はくさい グリンピース だいこん きゅうり とうもろこし	じゃがいも パン 砂糖 ごまドレッシング	マーシャルピーンズ 油	628 26.6	777 32.0	きのこ類
16	月	ごはん	○	★ビビンバ ★水餃子スープ	牛肉 炒り卵	牛乳	にんじん ほうれん草 にんじん チンゲンサイ	白菜キムチ もやし しょうが にんにく キャベツ たまねぎ	砂糖 米	ごま ごま油	567 23.2	705 28.4	種実類
17	火	麦ごはん	○	★ポークカレー ★フルーツカクテル	豚肉	牛乳	にんじん	たまねぎ グリンピース にんにく しょうが みかん パイン もも アロエ	じゃがいも 米 麦 ぶどうゼリー	油	593 18.4	743 22.2	さかな
18	水	米粉パン マーガリン	○	白身魚のレモンソースがけ 野菜スープ	ホキ 鶏肉 ベーコン	牛乳	青ピーマン にんじん こまつな	黄ピーマン たまねぎ レモン たまねぎ キャベツ とうもろこし	砂糖 パン マーガリン		599 27.9	702 33.8	かいそう
【食育の日】毎月19日は食育の日として、地場産食材を多く使った給食を実施します。山口県内でとれたおいしい食材を味わいましょう。													
【スマイル給食の日】今日は、スマイル給食の日です。みんなが同じ給食が食べられて「笑顔」になれる給食です。その日には、スマイルマークがついています。													
19	木	ごはん	○	★鶏の唐揚げ ★ピリ辛きゅうり 豚汁	鶏肉 豚肉 みそ	牛乳		きゅうり ごぼう だいこん はくさい しょうが	米 でんぶん 砂糖 さつまいも こんにゃく	油 ごま油	594 23.6	740 28.4	くだもの
20	金	米粉パン ソフトチーズ	○	肉団子 ゆでブロッコリー まろやか坦々スープ	鶏肉 豚肉	牛乳 ソフトチーズ	ブロッコリー にんじん ねぎ	たまねぎ しょうが たまねぎ もやし キャベツ しょうが にんにく	パン粉 パン はるさめ ごま ごま油 ラー油		593 23.3	761 28.0	やさい
【おでんの日】2月22日はおでんの日です。おでんの日には熱々のおでんを食べる時に息を吹きかけて冷まそうとする音「ふー(2)ふー(2)ふー(2)」の語呂合わせが由来になっています。													
24	火	ごはん	○	煮込みおでん ごまマヨネーズあえ	鶏肉 生揚げ 平天 ちくわ うずら卵	昆布 牛乳	にんじん	だいこん 米	さいとも 砂糖 こんにゃく 砂糖		570 24.8	709 30.2	くだもの
25	水	黒糖パン	○	★ビーフシチュー コーンサラダ	牛肉	牛乳	にんじん にんじん	たまねぎ マッシュルーム グリンピース きゅうり キャベツ とうもろこし	じゃがいも パン 黒糖 砂糖	油	630 25.7	762 30.8	豆・豆製品
26	木	ゆかりごはん	○	★チキンチンごぼう 豆腐汁	鶏肉	牛乳	赤しそ にんじん ねぎ	ごぼう 枝豆 たまねぎ はくさい えのきたけ	でんぶん 砂糖 米	油	616 22.1	770 26.8	種実類
27	金	コッペパン (個包装) ブルーベリージャム	○	★ミートスパゲッティ ★チーズサラダ	豚肉	牛乳 チーズ	にんじん	たまねぎ マッシュルーム グリンピース きゅうり キャベツ	スパゲッティ 砂糖 パン ブルーベリージャム 砂糖	油	581 22.2	716 26.7	たまご

★学校給食の山口県産食材の利用については、「学校給食県産食材利用拡大事業」により、JA山口グループ、水産関係団体、山口県などから一部助成を受けています。

★仕入れの都合により、材料・献立が急きょ変更になる場合があります。ご了承ください。

★この表は、市内全小中学校の統一献立表です。給食の実施については、各校で異なりますのでご注意ください。

