



令和7年 2月分 小学校給食献立予定表

一宮市教育委員会学校給食課
一宮市立朝日西小学校

日 曜	献立名	赤：主に体をつくるものになる		緑：主に体の調子を整える		黄：主にエネルギーのもとになる		中学年量を掲載	
		1群 (たんぱく質) 魚・肉・卵 大豆・大豆製品	2群 (カルシウム) 牛乳・乳製品・海藻 骨ごと食べる小魚	3群 (カロテン) 色のこい野菜	4群 (ビタミン・食物繊維) その他の野菜・きのこ・果物	5群 (炭水化物) 米・パン・めん いも・砂糖	6群 (脂質) ゆしあい 油脂類・種実類	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)
3月	ごはん					こめ		626	20.6
	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう						
	ハヤシライス	ぶたにく・ぶたレバー		にんじん・トマト	たまねぎ・にんにく	じゃがいも・ハヤシルウ	あぶら		
	キャベツとツナのサラダ	ツナ		こまつな	キャベツ・えだまめ	さとう	あぶら		
4火	ごはん					こめ		581	24.3
	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう						
	たらにあんかけ	たら		みつぼ		でんぷん・さとう	あぶら		
	こがねあえ			ほうれんそう	もやし・とうもろこし	さとう			
	ちゃんこじる 〈とりだんご〉	なまあげ とりにく		にんじん	しらたき・はくさい ねぎ・しょうが たまねぎ	でんぷん・さとう			
5水	きんめロウカットげんまいごはん					きんめロウカットげんまい こめ		620	24.7
	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう						
	ビビンバのぐ (にく)	ぶたにく		にんじん	しょうが・にんにく・たけのこ	さとう	あぶら		
	ビビンバのぐ (やさい)			こまつな	だいずもやし	さとう	ごまあぶら		
	ちゅうかコーンスープ	ベーコン		にら	はくさい・ほししいたけ とうもろこし・たまねぎ	でんぷん			
	ヨーグルト		ヨーグルト						
6木	しらたまうどん					しらたまうどん		629	24.2
	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう						
	みそこみふううどん (しる)	とりにく・みそ あぶらあげ		にんじん・ほうれんそう	えのきだけ・はくさい ねぎ・ほししいたけ				
	ちくわのいそべあげ 1~3ねん：2ほん 4~6ねん：3ほん	ちくわ	あおのり			こめこ	あぶら		
	キャベツのごまあえ				キャベツ・カリフラワー	さとう	ごま		
7金	ごはん					こめ		603	21.6
	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう						
	れんこんのうめマヨあえ	とりにく		ブロッコリー	れんこん・うめ		ノンエッグ マヨネーズ		
	かんとうに	ぶたにく・はんぺん がんもどき		にんじん	だいこん・こんにゃく	さとう			
	しらぬい				しらぬい				
10月	がっこうだいきゅうび								
12水	ごはん					こめ		593	16.9
	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう						
	あげぎょうざ・2こ	ぶたにく		にら	キャベツ・たまねぎ・にんにく	パンこ・でんぷん さとう・こむぎこ	ラード あぶら		
	ナムル			にんじん・こまつな	もやし	さとう	ごまあぶら		
	トックスープ	とりにく		チンゲンサイ	たまねぎ・はくさい ほししいたけ	トック			
13木	ココアあげパン					こがたロールパン・さとう	ココア あぶら	624	21.9
	プチパン・5~6ねん：1こ					プチパン			
	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう						
	はなやさいサラダ	ツナ		ブロッコリー	カリフラワー・とうもろこし		ノンエッグ マヨネーズ		
	ミートボールのクリームに 〈ミートボール〉		ぎゅうにゅう スキムミルク	にんじん・パセリ	たまねぎ・しめじ	じゃがいも こめこホワイトルウ	あぶら		
	とりにく・ぶたにく			たまねぎ	でんぷん	あぶら			
14金	ごはん					こめ		607	22.8
	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう						
	なまあげのにくみそかけ 1~3ねん：1こ 4~6ねん：2こ	なまあげ・とりにく とりレバー・みそ				さとう・でんぷん			
	なのはなあえ	かつおけずりぶし		なばな	キャベツ・とうもろこし	さとう			
	のっぺいじる			にんじん	だいこん・こんにゃく ほししいたけ・ねぎ・なめこ	さといも・でんぷん			

ただし
はしづかいのみ

だしを
あじわう

令和7年 2月分 小学校給食献立予定表

一宮市教育委員会学校給食課
一宮市立朝日西小学校

毎月19日は「食育の日」です。食について家族でも話し合ってみましょう！



日	曜	献立名	赤：主に体をつくるものになる		緑：主に体の調子を整える		黄：主にエネルギーのもとになる		中学年量を掲載	
			1群 (たんぱく質)	2群 (カルシウム)	3群 (カロテン)	4群 (ビタミン・食物繊維)	5群 (炭水化物)	6群 (脂質)	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)
17	月	ごはん					こめ		681	24.3
		ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう						
		デミグラスハンバーグ	ぶたにく・とりにく			たまねぎ	さとう・でんぷん	あぶらラード		
		まめまめサラダ	ツナ		ブロッコリー	えだまめ	いんげんまめ・ひよこまめ	ノンエッグマヨネーズ		
		トマトスープ	ウインナー		にんじん・パセリ トマト	たまねぎ・キャベツ	じゃがいも・さとう			
18	火	ちゅうかめん					ちゅうかめん		636	23.4
		ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう						
		しょうゆラーメン (しる)	ぶたにく・なると		にんじん	たまねぎ・もやし・にんにく ねぎ		あぶら		
		はるまき	ぶたにく		にんじん・にら	キャベツ・もやし・エリンギ	でんぷん・さとう・こむぎこ	あぶら ごまあぶら		
		パンサンスー	ハム		チンゲンサイ	とうもろこし	はるさめ・さとう	ごまあぶら		
19	水	ごはん					こめ		692	25.6
		ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう						
		とりにくのあげてり	とりにく			しょうが	でんぷん・さとう	あぶら		
		ひじきのいために	あぶらあげ	ひじき	さやいんげん	とうもろこし	さとう	あぶら		
		ぶたじる	ぶたにく・とうふ みそ		にんじん	だいこん・えのきたけ こんにゃく	さといも			
20	木	むぎごはん					こめ・おおむぎ		607	16.5
		ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう						
		ビーフカレー	ぎゅうにく		にんじん・トマト	たまねぎ・にんにく・しょうが	じゃがいも・カレーウ	あぶら		
		フルーツクリームヨーグルト		ヨーグルト なまクリーム		ナタデココ・パインアップル もも	さとう			
21	金	ごはん					こめ		597	23.3
		ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう						
		いかフライ	いか				パンこ・こむぎこ	あぶら		
		キャベツのあおのりあえ		あおのり		キャベツ・えだまめ		ごまあぶら		
		いももちじる (いももち)	ぶたにく・なまあげ		にんじん	はくさい・ねぎ・しょうが	じゃがいも・でんぷん			
25	火	ごはん					こめ		623	21.5
		ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう						
		コロッケ	ぶたにく・ぎゅうにく		パセリ・にんじん	たまねぎ	じゃがいも・パンこ さとう・こむぎこ	あぶら		
		てっこつあえ		ちりめんじゃこ	ほうれんそう	もやし	さとう			
		かきたまじる	たまご・かまぼこ とうふ		にんじん・みつば	たまねぎ・だいこん ほししいたけ	でんぷん			
26	水	わかめごはん		わかめ			こめ		696	26.2
		ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう						
		さばのしおやき	さば					あぶら		
		きんぴらごぼう	かまぼこ		さやいんげん にんじん	ごぼう	さとう	あぶら ごま		
		かすじる	ぶたにく・とうふ あぶらあげ・みそ			こんにゃく・えのきたけ だいこん・ねぎ	さつまいも			
27	木	くろロールパン					くろロールパン		631	24.6
		ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう						
		オムレツ	たまご				さとう・でんぷん	あぶら		
		ブロッコリーのソテー	ウインナー		ブロッコリー	キャベツ		あぶら		
		にんじんのとうにゅうポターージュ	とりにく・とうにゅう		にんじん・パセリ	たまねぎ	じゃがいも こめこホワイトルウ	あぶら		
		コーヒーパウダー					コーヒーパウダー			
28	金	ごはん					こめ		646	22.4
		ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう						
		しろみざかなのヤニヨム	ホキ			にんにく	でんぷん・さとう さつまいも	あぶら		
		きりぼしだいこんのサラダ	とりにく		こまつな	きりぼしだいこん・もやし	さとう	ごまあぶら		
		わかめスープ	とうふ・ベーコン	わかめ	にんじん	はくさい・ほししいたけ たまねぎ・しょうが				

◆お知らせ◆

- 一宮市の給食では「そば・落花生」は、使用していません。
- 4日、7日、14日、19日、26日、28日のおかずの原材料には「卵・乳・小麦・えび・かに・くるみ」を含んでいません。ただし、調味料等に含まれる場合があります。
- 献立予定表には主な材料のみ記載しています。食物アレルギー情報の詳細については、栄養教諭・栄養士にお問い合わせください。
- 都合により献立が変更になる場合があります。

★給食レシピ紹介★

一宮市では、学校給食課のウェブページに「好評献立」を掲載しています。給食の味を家庭でも再現できるように、分量や作り方が分かるようになっています。

