



2月の学校給食献立予定表



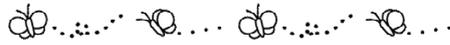
2025年 2月

秩父第一中学校共同調理場

日	曜	主食	牛乳	主菜・副菜	血や肉、骨や歯になる食品(赤)	からだの調子を整える食品(緑)	熱や力のもとになる食品(黄色)	エネルギー kcal	タンパク質 g
					1群・2群	3群・4群	5群・6群		
立春・節分献立									
3	月	バターロール		豆腐と野菜のコンソメスープ 白身魚のバジルフライ ポカポカサラダ	牛乳, 豆腐 たら, ツナ	にんじん, 玉ねぎ こまつな, ブロッコリー しょうが, キャベツ	バターロール, じゃがいも サラダ油, ごま, 上白糖 薄力粉, パン粉, 大豆油	759	27.6
4	火	わかめごはん		スタミナスープ 鶏肉の竜田揚げ たくあんあえ	牛乳, 豚肉, 豆腐, みそ 鶏肉	にんじん, 玉ねぎ, だいこん ねぎ, にんにく, しょうが たくあん, キャベツ, きゅうり	わかめごはん, じゃがいも 大豆油, 片栗粉, ごま油 ごま, 和風ドレッシング	838	38.7
5	水	厚切り食パン		ブラウンシチュー ハムチーズピカタ グリーンサラダ	牛乳, 豚肉 ハムチーズピカタ	しょうが, 玉ねぎ, にんじん トマト缶, キャベツ, きゅうり ブロッコリー, 枝豆	食パン, サラダ油 じゃがいも フリットドレッシング	737	30.8
6	木	白飯		ジャージャン豆腐 エビ焼売② 春雨サラダ	牛乳, 豚肉, みそ 生揚げ, ハム エビ焼売	しょうが, にんにく, にんじん たけのこ(水煮), 玉ねぎ, ねぎ ピーマン, もやし, きゅうり	白飯, 三温糖, サラダ油 片栗粉, ごま油 はるさめ, 上白糖, ごま	824	33.4
7	金	白飯		ビビンバの具 ワタンスープ みかん	牛乳, 豚肉	にんじん, 玉ねぎ, もやし, ねぎ, にんにく しょうが, 大豆もやし, ほうれん草 切干大根, 白菜キムチ, みかん	白飯, サラダ油 ワタンスープ, ごま油 上白糖, ごま	771	29.3
植樹祭献立									
10	月	はちみつパン		彩の国シチュー 和風きのこハンバーグ ブロッコリーサラダ	牛乳, 鶏肉 ハンバーグ	玉ねぎ, にんじん, しめじ, ねぎ 小松菜, ねぎ, えのき, きゅうり ブロッコリー, キャベツ, とうもろこし	はちみつパン, さつま芋, バター サラダ油, 薄力粉, 上白糖 片栗粉, 玉ねぎドレッシング	813	33.4
12	水	地粉うどん 五目うどん		竹輪の石垣揚げ 塩昆布和え	牛乳, 豚肉, なんと 油揚げ, わかめ 竹輪, 塩昆布	にんじん, 玉ねぎ, ねぎ こまつな, 干し椎茸 キャベツ, きゅうり	地粉うどん, 薄力粉 黒ごま, 大豆油 ごま油, ごま	743	32.8
13	木	白飯		かきたまスープ チーズタルビ もやしのナムル	牛乳, 卵 鶏肉, チーズ	玉ねぎ, にんじん, きくらげ(乾), もやし えのき, チンゲン菜, とうもろこし しょうが, にんにく, 大豆もやし, こまつな	白飯, 片栗粉, 三温糖 ごま, ごま油 上白糖, サラダ油	763	32.8
バレンタイン献立									
14	金	チキンライス		冬野菜のポトフスープ ハートコロッケ チョコプリン	牛乳, 鶏肉	玉ねぎ, にんじん, にんにく しょうが, だいこん れんこん	白飯, サラダ油 じゃがいも, ミートコロッケ 大豆油, チョコプリン	823	26.4
17	月	コッペパン		スパゲティナポリタン ウインナー卵巻き キャベツサラダ	牛乳, ハム ウインナー卵巻き 鶏ささ身	にんにく, 玉ねぎ キャベツ きゅうり, にんじん	コッペパン スパゲティ, サラダ油 和風ドレッシング	749	29
18	火	白飯		なめこ汁 白身魚のピリ辛ソース ひじきのそぼろ炒め	牛乳, 木綿豆腐, 油揚げ みそ, たら, 鶏肉 干ひじき, 卵	にんじん, ねぎ, なめこ こまつな, にんにく しょうが, えだまめ	白飯, 大豆油 サラダ油, 三温糖 ごま油	793	35
19	水	中華めん 広東麺		揚げ餃子② 棒棒鶏サラダ	牛乳, 豚肉, 餃子 鶏ささ身	白菜, にんじん, もやし ねぎ, きくらげ(乾) しょうが, キャベツ	中華めん, サラダ油 片栗粉, 大豆油 はるさめ, 上白糖	717	29.4
20	木	白飯		肉じゃが 納豆 磯香あえ	牛乳, 豚肉 彩の国納豆, のり	玉ねぎ, にんじん いんげん, ほうれんそう もやし	白飯, サラダ油 じゃがいも, しらたき 三温糖	759	30.9
21	金	白飯 チキンカレー		ハムと大根のサラダ チーズ	牛乳, 鶏肉 ハム, チーズ	しょうが, にんにく, 玉ねぎ にんじん, レモン キャベツ, きゅうり, 大根	白飯, サラダ油 じゃがいも, 上白糖	752	28.2
受験応援献立									
25	火	白飯		白菜のみそ汁 いわしのみぞれ煮 きんぴら大豆 いよかんゼリー	牛乳, 木綿豆腐, 油揚げ みそ, いわしのみぞれ煮 竹輪, 大豆	玉ねぎ, にんじん, ねぎ 白菜, ごぼう, れんこん	白飯, こんにやく サラダ油, 三温糖	795	30.0
27	木	白飯		野菜のきつね煮 かまぼこのみりん焼き② ごまあえ	牛乳, 油揚げ, 鶏肉 木の葉かまぼこ, みそ	にんじん, ほうれんそう キャベツ	白飯, じゃがいも こんにやく, 三温糖 サラダ油, 上白糖, ごま	764	28.8
28	金	白飯		ABCスープ タンドリーチキン ごぼうサラダ	牛乳, ベーコン 鶏肉, 干ひじき	玉ねぎ, にんじん, キャベツ ごぼう, れんこん さやいんげん	白飯, マカロニ ごま ごまドレッシング	759	30.8

- ◆材料の入荷等の都合により、献立の一部が変更になる場合があります。ご了承ください。
- ◆給食に関する行事については、各学校のおたよりで、確認してください。
- ◆秩父第一中学校、秩父第二中学校、影森中学校、高篠中学校共通の献立表です。

2025年の節分は？



今年の節分は、2月2日(日)、恵方は西南西(やや西)です。
節分を過ぎると暦の上では春ですが、まだまだ寒い日が続きます。体調を崩さないように、栄養バランスのよい食事と、手洗い・うがいを心がけて、元気に過ごしましょう。



5月25日(日)に秩父ミュージックパークで、「全国植樹祭」が開催されます。天皇皇后両陛下をお迎えして、木を植えたり、森の大切さを改めて学ぶ大きな行事です。
2月14日は植樹祭まで残り100日となります。給食では「植樹祭献立」を実施します。自然とのつながりや、食材への感謝を感じながらいただきます。