



令和7年度 2月予定献立表

墨田区立桜堤中学校



※献立は学校行事や材料等の都合で変更する場合があります

日	予定献立表 ランチルーム給食予定	主な使用食材				エネルギー (kcal) たんぱく質 (g)	
		体の組織を作る	体の熱や力になる	体の調子を整える	その他		
2月	森のピザトースト レンズ豆の野菜スープ フルーツ白玉		ベーコン、ピザチーズ	無塩食パン、油	たまねぎ、マッシュルーム、ホールトマト、えのきたけ、エリンギ、ピーマン	こしょう、ケチャップ	712 29.7
			ベーコン、豚肉、レンズまめ	油、じがいも	しょぼし、しょぼがい、たまねぎ、にんじん、しめじ、キャベツ、こまつな	清酒、とんこつ、ローリエ葉、塩、こしょう、しょうゆ	
			白玉、上白糖	黄桃缶、パイント缶		白ワイン	
3月	麦ごはん いわしのかば焼き 五目豆 豚汁		米、押麦				789 33.4
			いわし	あげ油、米粉、てんぶん、上白糖、白ごま		清酒、みりん、しょうゆ	
			角切昆布、大豆	こんにゃく、上白糖	にんじん、洗いごぼう、さやいんげん	だし汁、みりん、しょうゆ、うすくちしょうゆ	
			豚肉、木綿豆腐、白みそ、赤みそ	油、こんにゃく、じやかいも	にんじん、洗いごぼう、だいこん、ねぎ	だし昆布、厚けり、七味唐辛子	
4月	ごはん わかめふりかけ 厚揚げのキムチ炒め 甘平		生わかめ、しらす干し	米、米粒麦、ごま油、上白糖、白ごま		しょうゆ、清酒	771 30.7
			豚肉、あさり、生揚げ	油、上白糖、じやかいも、てんぶん、ごま油	ににく、しょぼが、たまねぎ、にんじん、たけのこ、はくさい、はくさい、はくさい、きみつ、ねぎ、にら	しょうゆ、とりがら、清酒、塩、コチュジャン	
					かんぺい		
5月	麦ごはん ジャンボ揚げ餃子 拌三絲 卵とわかめのスープ		米、押麦				824 29.2
			豚ひき肉、レンズまめ	あげ油、ごま油、小麦粉、ぎょうざの皮	ねぎ、はくさい、にら、ににく、しょぼが	押し塩、塩、しょうゆ	
				緑豆はるさめ、上白糖、ごま油	キャベツ、こまつな、にんじん	しょうゆ、酢、からし粉、湯	
			豚肉、木綿豆腐、鶏卵、生わかめ	てんぶん	しょぼが、にんじん、たまねぎ、こまつな	とんこつ、とりがら、塩、こしょう、うすくちしょうゆ、しょうゆ	
6月	ポロネゼスパゲッティ じゃがいものフレンチサラダ パンナコッタ		豚ひき肉、レンズまめ、粉チーズ	スパゲティ、サラダ油、油	ににく、しょぼが、にんじん、たまねぎ	赤ワイン、ケチャップ、トマトピューレー、ウスターソース、しょうゆ、塩、こしょう、かいらし粉、湯	830 30.7
				じゃがいも、はちみつ、サラダ油	にんじん、キャベツ、こまつな	塩、こしょう、からし粉、湯、酢	
			粉寒天、牛乳調理用、生クリーム、粉ゼラチン	上白糖、いちごジャム			
7月	カレーうどん ごま和え アロエ入りフルーツカクテル		鶏肉、短なると	油、てんぶん、冷凍うどん、サラダ油	たまねぎ、にんじん、はくさい、ねぎ、こまつな	清酒、だし昆布、厚けり、カレー粉、塩、しょうゆ、みりん	700 25.7
				白ごま、上白糖、ゴマペースト	キャベツ、もやし、こまつな、にんじん	だし汁、しょうゆ	
			上白糖	パイン缶、黄桃缶、アロエ缶		白ワイン	
8月	ごまごはん 鶏ひき肉入り卵焼き 青菜とえのきだけのおひたし みぞれ汁		米、米粒麦、白ごま				752 34.0
			鶏肉、鶏卵	油、上白糖	しょぼが、にんじん、たまねぎ、こまつな	塩、しょうゆ、うすくちしょうゆ	
			糸削り	上白糖	こまつな、もやし、えのきたけ、にんじん	だし汁、しょうゆ	
			鶏肉、油揚げ	こんにゃく	にんじん、しめじ、こまつな、だいこん	厚けり、だし昆布、清酒、塩、しょうゆ	
9月	麦ごはん さばのみそ煮 ごま酢あえ こづゆ		米、押麦				740 34.0
			さば、赤みそ	上白糖	しょぼが汁、ねぎ	清酒	
			生わかめ	白ごま、上白糖、サラダ油	もやし、にんじん、こまつな	しょうゆ、酢、だし汁	
10月	麦ごはん さばのみそ煮 ごま酢あえ こづゆ		鶏肉、ほたて貝柱干し、木綿豆腐	糸こんにゃく、さといも、たまふ、洗いごぼう	にんじん、だいこん、こまつな、しおが汁	だし昆布、厚けり、湯、塩、しょうゆ	752 34.0
11月	シーフードピラフ ジュリエンヌスープ 米粉のチョコレート		鶏肉、いか、あさり	米、押麦、油	たまねぎ、にんじん、エリンギ、ピーマン	スープ、塩、白ワイン、こしょう	752 24.7
			ベーコン、鶏肉	油、じやかいも	セロリ、にんじん、たまねぎ、こまつな	白ワイン、とりがら、塩、こしょう、しょうゆ	
			豆乳	米粉、コーンスターク、上白糖、油、粉糖	レモン	ベーキングパウダー、ピュアココア、バニラエッセンス	
12月	麦ごはん 鮭の七味焼き 青菜と糸寒天の和え物 もずくのかきたま汁		米、押麦				697 33.6
			鮭	ごま油、上白糖	ににく、しょぼが、ねぎ	しょうゆ、清酒、七味唐辛子	
			耐熱糸寒天、糸削り	上白糖	こまつな、もやし、にんじん	だし汁、しょうゆ	
13月	麦ごはん 鮭の七味焼き 青菜と糸寒天の和え物 もずくのかきたま汁		木綿豆腐、鶏卵、もずく	てんぶん	たまねぎ、にんじん、こまつな	だし昆布、厚けり、塩、しょうゆ	697 33.6
14月	フレンチトースト 冬野菜のシーフードシチュー カリカリ油揚げのサラダ		牛乳調理用、脱脂粉乳、鶏卵	無塩食パン、上白糖、バター		塩、バニラオイル	753 37.2
			牛乳調理用、脱脂粉乳、ホタテ、いか、あさり、生クリーム、粉チーズ	油、じやかいも、バター、小麦粉	たまねぎ、にんじん、エリンギ、かぶ葉、はくさい、ほれんそう	とりがら、塩、こしょう、白ワイン	
			油揚げ	白ごま、油、ごま油、上白糖	キャベツ、こまつな、にんじん	しょうゆ、酢、だし汁	
15月	ごはん ししゃものさざれ焼き シャキシャキ甘酢あえ じゃっぱ汁			米			761 32.8
			ししゃも	エッグケアマヨ、白ごま、パン粉、生パン粉		清酒	
				白ごま、三温糖	れんこん、もやし、にんじん、こまつな	しょうゆ、酢	
16月	カツ丼 和風寒天和え いよかん		たら、白みそ、赤みそ、生揚げ		洗いごぼう、だいこん、にんじん、はくさい、ねぎ	だし昆布、厚けり、清酒	843 36.7
			豚肉、鶏卵	米、押麦、あげ油、小麦粉、生パン粉、上白糖	たまねぎ、こまつな	塩、こしょう、みりん、だし昆布、厚けり、しょうゆ	
			耐熱糸寒天	上白糖	キャベツ、にんじん、だいこん、コーン、こまつな	しょうゆ、みりん、酢	
17月	麦ごはん ししゃものさざれ焼き シャキシャキ甘酢あえ じゃっぱ汁				いよかん		750 29.9
18月	カツ丼 和風寒天和え いよかん		豚肉、短なると	むし中華めん、サラダ油、油、ごま油	しょぼが、ににく、たまねぎ、にんじん、たけのこ、もやし、ねぎ、こまつな	清酒、とんこつ、塩、こしょう、しょうゆ	750 29.9
			あおのり	じゃがいも、白ごま		塩、こしょう	
			粉寒天、豆乳、牛乳調理用、脱脂粉乳、無糖練乳、きな粉	上白糖、粉糖、黒砂糖			
19月	ナン 豆入りキーマカレー フルーツヨーグルトかけ			ナン			735 29.7
			豚ひき肉、粉チーズ、レンズまめ、ひよこ豆	油、じやがいも、小麦粉、はちみつ	ににく、セロリ、しょぼが、たまねぎ、にんじん、ホールトマト	赤ワイン、とりがら、塩、こしょう、中濃ソース、しょうゆ、カレー粉、ガラムマサラ	
			ヨーグルト、脱脂粉乳		黄桃缶、パイント缶		
20月	五目ごはん レバーの甘辛揚げ 生揚げの田舎汁		鶏肉、油揚げ	米、米粒麦、上白糖、しらたき	たけのこ、干ししいたけ、にんじん、さやいんげん	うすくちしょうゆ、だし汁、しょうゆ、みりん、塩、清酒	722 30.9
			豚レバー	あげ油、てんぶん、米粉、三温糖、はちみつ、白ごま		清酒、塩、こしょう、一味唐辛子	
			生揚げ、赤みそ、白みそ	油、じやがいも	にんじん、たまねぎ、だいこん、こまつな	だし昆布、厚けり	