

# 2がつよていこんだてひょう(こども園)



令和7年



東庄町教育委員会教育課給食係(学校給食センター)

| 日  | よう<br>び |  | こんだてめい |                                                         | おもなざいりょうとはたらき                      |                              |                          |                                     |                             |                            | えいようか   |                 |              |             |
|----|---------|-----------------------------------------------------------------------------------|--------|---------------------------------------------------------|------------------------------------|------------------------------|--------------------------|-------------------------------------|-----------------------------|----------------------------|---------|-----------------|--------------|-------------|
|    |         |                                                                                   | しゅしよく  | 牛乳                                                      | お か ず                              |                              | からだをつくるものになる             | からだのちようしをとのえる                       | ねつやちからのものになる                |                            |         |                 |              |             |
|    |         |                                                                                   |        |                                                         |                                    | ににく さかな たまご<br>まめ だいずせいひん    | にゆう にゆうせいひん<br>かいそう こさかな | りよくおうしよく<br>やさい                     | そのほかのやさい<br>くだもの きのこ        | こめ パン めん<br>さとう いもるい       | ゆし しゅじつ | エネルギー<br>(kcal) | たんぱくつ<br>(g) | えんぶん<br>(g) |
| 3  | 月       | ごはん<br>(のりたまふりかけ)                                                                 | ○      | いわしのオレンジに<br>マカロニサラダ<br>とんじる ふくめめ                       | だいず ぶたにく<br>いわし みそ<br>とうふ          | ぎゆうにゆう                       | にんじん                     | きゅうり コーン<br>ごぼう だいこん<br>ながねぎ        | こめ さといも<br>マカロニ<br>こんにやく    | マヨネーズ                      |         | 539             | 24.9         | 1.8         |
| 4  | 火       | ごはん<br>(こんぶつくだに)                                                                  | ○      | ポークチャップ<br>はなやさいサラダ(マヨネーズ)<br>かきたま汁                     | ぶたにく<br>たまご こんぶ<br>とうふ             | ぎゆうにゆう                       | ブロッコリー<br>ほうれんそう<br>にんじん | にんにく しいたけ<br>カリフラワー<br>ながねぎ         | こめ<br>かたくりこ<br>さとう          | あぶら<br>マヨネーズ               |         | 636             | 28.2         | 2.6         |
| 5  | 水       | ごはん                                                                               | ○      | プレーンオムレツ<br>ハヤシライス<br>ポイルやさい(ばいせんごまドレッシング)              | たまご<br>ぶたにく                        | ぎゆうにゆう                       | にんじん                     | たまねぎ りんご<br>マッシュルーム<br>キャベツ もやし     | こめ                          | ハヤシルウ<br>バター<br>ドレッシング     |         | 587             | 22.4         | 1.9         |
| 6  | 木       | ごはん                                                                               | ○      | いかフライ(ソース)<br>かぶとぶたにくのあまからいため<br>すましじる とうにゆうパニラだいふく     | いか<br>ぶたにく<br>なると とうふ              | ぎゆうにゆう<br>わかめ                | かぶのは<br>にんじん             | かぶ<br>ながねぎ                          | こめ<br>さとう<br>だいふく           | あぶら<br>ごまあぶら               |         | 632             | 25.2         | 2.3         |
| 7  | 金       | ラーメン                                                                              | ○      | ぎょうざ(2こ)<br>みそラーメンスープ<br>フルーツいりあんにとんどうふ                 | ぶたにく<br>みそ                         | ぎゆうにゆう<br>あんにとんどうふ           | にんじん                     | にんにく たまねぎ<br>もやし ながねぎ<br>パイン もも     | ちゅうかめん<br>こむぎこ              | あぶら                        |         | 503             | 18.9         | 2.3         |
| 10 | 月       | ごはん                                                                               | ○      | ショーロンポー(2こ)<br>ぶたにくのブルコギふう<br>はるさめスープ とうにゆうブルーベリーヨーグルト  | ぶたにく ベーコン<br>とうにゆうヨーグルト<br>なると とうふ | ぎゆうにゆう<br>わかめ                | パプリカ<br>にら<br>にんじん       | たまねぎ<br>にんにく<br>ながねぎ もやし            | こめ<br>こむぎこ<br>はるさめ          | ごまあぶら<br>あぶら               |         | 669             | 29.6         | 2.2         |
| 12 | 水       | ごはん                                                                               | ○      | さけのしおやき<br>にくじゃが アーモンドいりチョコタルト<br>にらたまスープ               | さけ<br>ぶたにく<br>たまご                  | ぎゆうにゆう                       | にんじん<br>にら               | たまねぎ<br>いんげん                        | こめ さとう<br>じゃがいも<br>しらたき タルト | あぶら<br>アーモンド               |         | 649             | 26.2         | 2.0         |
| 13 | 木       | ごはん                                                                               | ○      | てづくりトンカツ(ソース)<br>ポイルキャベツ(あおじそドレッシング)<br>みそ汁 とうにゆうココアプリン | ぶたにく みそ<br>とうふ<br>あぶらあげ            | ぎゆうにゆう                       | にんじん<br>こまつな             | キャベツ<br>だいこん<br>ながねぎ                | こめ<br>こむぎこ                  | あぶら<br>ドレッシング              |         | 612             | 25.7         | 1.8         |
| 14 | 金       | せわりパン                                                                             | ○      | ケチャップフランクソーセージ<br>やきそば 東庄のフルティカトマト<br>ハートのわかめスープ        | フランクソーセージ<br>ぶたにく とうふ<br>ハートのかまぼこ  | ぎゆうにゆう<br>わかめ                | にんじん<br>ピーマン<br>トマト      | キャベツ<br>たまねぎ<br>ながねぎ                | パン<br>さとう<br>ちゅうかめん         | あぶら                        |         | 470             | 20.3         | 3.1         |
| 17 | 月       | ごはん                                                                               | ○      | いりたまご<br>やさしいりぶたそぼろ<br>なめこじる やきプリンタルト                   | あぶらあげ<br>ぶたにく みそ<br>とうふ たまご        | ぎゆうにゆう                       | にんじん<br>ほうれんそう           | なめこ<br>ながねぎ                         | こめ<br>さとう<br>タルト            | あぶら                        |         | 619             | 24.3         | 1.7         |
| 18 | 火       | ごはん                                                                               | ○      | やさしいコロッケ(ソース)<br>ちゅうかどんのぐ<br>ナタデココフルーツゼリー               | ぶたにく<br>うずらたまご                     | ぎゆうにゆう                       | にんじん                     | しょうが たけのこ<br>キャベツ もやし<br>もも パイン     | こめ ゼリー<br>じゃがいも<br>かたくりこ    | あぶら<br>ごまあぶら               |         | 620             | 19.5         | 2.1         |
| 19 | 水       | ごはん                                                                               | ○      | さばのみそに<br>あつあげそぼろあんかけ<br>けんちん汁                          | さば とりにく<br>みそ ぶたにく<br>あつあげ とうふ     | ぎゆうにゆう                       | こまつな                     | だいこん<br>ながねぎ<br>ごぼう                 | こめ さといも<br>さとう<br>こんにやく     | ごまあぶら<br>あぶら               |         | 653             | 26.2         | 2.5         |
| 20 | 木       | ごはん                                                                               | ○      | チキンナゲット(2こ)<br>ポークカレー<br>ヨーグルトあえ                        | チキンナゲット<br>ぶたにく                    | ぎゆうにゆう<br>ヨーグルト              | にんじん                     | たまねぎ パイン<br>りんご しょうが<br>にんにく もも     | こめ<br>じゃがいも                 | カレーウ<br>あぶら                |         | 634             | 22.7         | 2.0         |
| 21 | 金       | シュガートースト                                                                          | ○      | スコッチエッグ<br>ミネストローネスープ<br>デコボン                           | たまご<br>とりにく<br>ベーコン                | ぎゆうにゆう                       | にんじん<br>トマト              | たまねぎ<br>にんにく<br>デコボン                | パン マカロニ<br>じゃがいも<br>グラニューとう | マーガリン<br>オリーブオイル           |         | 668             | 23.4         | 2.3         |
| 25 | 火       | ごはん                                                                               | ○      | ぶたにくのしょうがやき<br>こんにやくのおかかに<br>しおこうじのスープ レモンカスタードタルト      | ぶたにく かつおぶし<br>さつまあげ<br>とりにく ベーコン   | ぎゆうにゆう                       | にんじん                     | しょうが<br>たまねぎ<br>キャベツ コーン            | こめ タルト<br>さとう<br>こんにやく      | ごまあぶら<br>あぶら               |         | 619             | 25.8         | 1.8         |
| 26 | 水       | ペンネ                                                                               | ○      | ウインナーたまごまき<br>ミートソース<br>ささみにくいかいそうサラダ                   | ウインナー<br>ささみにく<br>ぶたにく             | ぎゆうにゆう<br>かいそう               | パセリ<br>にんじん<br>トマト       | たまねぎ<br>マッシュルーム<br>キャベツ きゅうり        | ペンネ                         | オリーブオイル<br>ハヤシルウ<br>ドレッシング |         | 556             | 26.4         | 3.0         |
| 27 | 木       | ごはん                                                                               | ○      | はるまき もものあんにとんどうふ<br>マーボーとうふ<br>チョレギサラダ                  | とうふ<br>ぶたにく                        | ぎゆうにゆう<br>わかめ のり<br>あんにとんどうふ | にんじん<br>にら               | たけのこ きゅうり<br>ながねぎ キャベツ<br>しょうが にんにく | こめ<br>こむぎこ                  | あぶら ごま<br>ごまあぶら<br>ドレッシング  |         | 670             | 22.1         | 2.1         |
| 28 | 金       | メロンパン                                                                             | ○      | ほうれんそうグラタン<br>カレーポタージュ<br>ツナサラダ                         | とりにく<br>ツナ                         | ぎゆうにゆう                       | ほうれんそう<br>にんじん<br>パセリ    | たまねぎ<br>キャベツ<br>きゅうり もやし            | パン<br>マカロニ                  | あぶら<br>ドレッシング              |         | 494             | 22.2         | 2.3         |

※材料その他の都合により、献立が変更になる場合があります。ご了承ください。

※この献立表は主な使用材料を示したもので、食物アレルギー資料ではありません。

|        |     |      |     |
|--------|-----|------|-----|
| 今月の平均値 | 601 | 24.1 | 2.2 |
| 基準値    | 500 | 20.6 | 1.5 |

**有限会社ブライトピック千葉様より千葉県産豚肉「志澤豚一米仕上げ」をいただきました。**

東庄町、香取市、旭市、銚子市に農場があり、その地域のお米を食べて育った豚肉です。飼料米を食った豚の堆肥を、飼料米を作る肥料として使う循環型農業を行っています。

4日～14日の給食で使います。感謝の気持ちを込めて食べましょう。