

2 月分予定献立表

令和7年度 都城学校給食センター

使用予定物資の生産状況等により、献立内容が変更になる場合があります。



お知らせ

※2日(月)～6日(金)のみぞれ汁に入っている「しらたまもち」はよくかんで食べましょう。

※16日(月)～20日(金)は地産地消週間です。都城産と宮崎県産の食材の下に線が引かれています。



























今月の調味料等



淡口（しょうゆ）
小麦 大豆 塩
濃口（しょうゆ）
大豆 小麦 塩
みそ
大豆 大麦 塩
赤みそ
大豆 大麦 塩
酒
米 米麹 砂糖 塩 水あめ
みりん
もち米 米麹 砂糖
中華だし（の素）
塩 でん粉 砂糖 にんにく粉 白菜粉 しょうが粉 植物油脂 香辛料
チキンスープ
鶏肉
ウスター（ソース）
砂糖 酢 塩 たまねぎ 香辛料 トマト カラメル色素
豚清湯（ガラスープ）
豚肉 大豆
クリームポタージュ
小麦粉 乳 塩 脱脂粉乳 たまねぎ 香辛料 鶏肉
フレンチドレッシング
砂糖 酢 塩 レモン汁 たまねぎ粉 しょうゆ
野菜パイオン
塩 砂糖 トマト粉 たまねぎ粉 にんにく粉 米油 香辛料
カレー（フレーク）N
でん粉 バーム油 なたね油 砂糖 塩 カレー粉 さつまいも粉 トマト粉 たまねぎ粉 カラメル色素 香辛料
Fカレー（フレーク）
小麦粉 ラード 塩 カレー粉 砂糖 たまねぎ にんにく トマト 大豆 香辛料 カラメル色素 バーム油
米粉のカレー（ルウ）
米粉 砂糖 ラード カレー粉 塩 たまねぎ粉 トマト にんにく粉 カラメル色素 バーム油
卵不使用マヨネーズ
植物油脂 水あめ 砂糖 塩 酢 でん粉 大豆 香辛料
（トマト）ケチャップ
トマト 砂糖 酢 塩 たまねぎ 香辛料
日向夏ドレッシング
なたね油 大豆油 日向夏みかん果汁 酢 しょうゆ からし
和風だしの素
砂糖 塩 かつお粉 かつおだし 昆布だし
濃縮トマトソース
トマト たまねぎ バブリカ 砂糖 塩 白ワイン 大豆油 にんにく 香辛料

※Dコース、Eコース自校のコースを見て、当日の日付をたどりながら献立を見ていきます。学校名は次のとおりです。

Dコース…西岳中、五十市中
沖水中、妻ヶ丘中
姫城中
Eコース…庄内中、中郷中
小松原中、祝吉中
西中

D コース	E コース	献立名		食 材 料				アレルギー表示		栄養価 エネルギー (Kcal) たんぱく質 (g)	
		主食およびおかず		血や肉・骨になるもの (赤)	力やねつになるもの (黄)	からだの調子をととのえるもの (緑)	調味料・その他	★義務 8品目	☆推奨 20品目		
全給食日		牛 乳		牛 乳				乳	—		
2月	3火		減量ミルクパン	牛乳 脱脂粉乳	ミルクパン 小麦粉 ショートニング 砂糖		塩 イースト	小麦 乳	—	828	
			チャンポン（具）	豚肉 かつま揚げ たら 大豆 魚肉	でん粉 砂糖 でん粉 砂糖 大豆油	たまねぎ にんじん キャベツ 緑豆もやし ねぎ	豚清湯 中華だし 淡口 塩 こしょう	小麦	豚肉 大豆		
			チャンポン（麺）	チャンポン麺 小麦粉 でん粉	米油	たまねぎ 寒天	塩	小麦	—		
			ツナサラダ	まぐろ	卵不使用マヨネーズ 米油	れんこん きゅうり にんじん	酢 淡口 塩 こしょう	小麦	大豆		
3火	4水		白ご飯		米			—	—	759	
			ポークカレー	豚肉 ひよこ豆	じゃがいも	たまねぎ にんじん	にんにく 豚清湯 Fカレー カレーN 米粉のカレー クスター	小麦	豚肉 大豆		
4水	5木		コールスローサラダ		三温糖	キャベツ きゅうり スイートコーン にんじん	フレンチドレッシング 淡口 酢	小麦	大豆	23.0	
			白ご飯		米			—	—		
4水	5木		高野豆腐の卵とし 沢煮椀	とり肉 高野豆腐 卵 ふた肉	三温糖 米油	にんじん たけのこ しめじ 青豆 にんじん ごぼう 大根 干しいたけ こんにゃく ねぎ	淡口 みりん 酒 和風だし 淡口	小麦 卵	鶏肉 大豆	704	
								小麦	豚肉 大豆	31.4	
5木	6金		チーズパン	脱脂粉乳 ナチュラルチーズ	チーズパン 小麦粉 ショートニング 砂糖		塩 イースト	小麦 乳	—	786	
			八宝菜	豚肉 高野豆腐 たら	でん粉	たまねぎ にんじん たけのこ ヤブコウジ キャベツ 青豆	しょうが 豚清湯 中華だし 塩 こしょう 淡口	小麦	豚肉 大豆		
6金	2月		パンサンスー		緑豆春雨 三温糖 ごま油 いりごま	緑豆もやし きゅうり にんじん	酢 淡口	小麦	大豆 ごま	32.8	
			白ご飯		米			—	—		
			いわしのみぞれ煮	行事食 （バレンタインデー） いわし	いわしのみぞれ煮 大豆 ひじき	でん粉 砂糖 三温糖 米油	大根 にんじん さやいんげん	みりん しょうゆ 塩 濃口 みりん	小麦		大豆
			ひじきの炒め煮	さつま揚げ 大豆 魚肉	三温糖 米油	たまねぎ	塩	小麦	大豆		
6金	2月		みぞれ汁	白玉もち もち米 でん粉 たら	でん粉 もち米 でん粉 でん粉 砂糖	大根 にんじん ねぎ	昆布だし かつおだし 酒 淡口 塩	小麦	大豆	23.2	
								塩 コチニール色素			
9月	10火		コッペパン	脱脂粉乳	コッペパン 小麦粉 ショートニング 砂糖		塩 イースト	小麦 乳	—	805	
			じゃがいもと豆のミートソース煮 マカロニサラダ	豚肉 大豆 マカロニ 米油 卵不使用マヨネーズ	じゃがいも 三温糖	にんじん たまねぎ しめじ トマト グリンピース きゅうり にんじん スイートコーン	にんにく 塩 こしょう 濃縮トマトソース ケチャップ クスター 酢 淡口 塩 こしょう	— 小麦	豚肉 大豆 大豆		
10火	12木		白ご飯		米			—	—	838	
			厚揚げと豚肉のみそ炒め	豚肉 厚揚げ みそ	米油 三温糖 でん粉	たまねぎ にんじん	酒 淡口 みりん	小麦	豚肉 大豆		
			魚そうめん汁	お魚パスタ 豆腐 たら	でん粉 水あめ 砂糖 米 米麹	にんじん たけのこ えのきたけ ねぎ	かつおだし 酒 淡口 塩 塩	小麦	大豆		
			お米 de ガート・ショコラ （Dコースのみ）	行事食 （バレンタインデー） 豆乳	米粉 でん粉 米油 砂糖		ココア	—	大豆		
12木	12木		いりこ菜飯	ちりめん みそ かつお節	米 でん粉 ごま 砂糖	大根菜 広島菜 京菜	塩 昆布だし	—	ごま 大豆	816	
			おでん	とり肉 昆布 厚揚げ 魚肉 揚げボール 大豆 いとよりたい たら	じゃがいも さといも 三温糖 でん粉 植物油 砂糖 でん粉 砂糖 大豆油	大根 にんじん こんにゃく ごぼう たまねぎ にんじん	かつおだし 濃口 みりん 塩	小麦	鶏肉 大豆		
			菜の花和え	まぐろ	三温糖	ほうれんそう キャベツ スイートコーン	淡口 濃口	小麦	大豆		
			お米 de ガート・ショコラ （Eコースのみ）	行事食 （バレンタインデー） 豆乳	米粉 でん粉 米油 砂糖		ココア	—	大豆		
12木	13金		黒糖パン	脱脂粉乳	黒糖パン 小麦粉 ショートニング 砂糖 黒砂糖		塩 イースト	小麦 乳	—	802	
			トマトミートオムレツ	とり肉 卵	米油 でん粉 大豆油 なたね油 バーム油	たまねぎ トマト	塩 ケチャップ	卵	鶏肉 大豆		
12木	13金		フレンチサラダ	外国料理 （イギリス）	米油 三温糖	キャベツ きゅうり にんじん	酢 淡口 塩 こしょう	小麦	大豆	29.5	
			カウル	豚肉 青えんどう豆 ひよこ豆 赤いんげん豆	砂糖 水あめ じゃがいも 米油	たまねぎ にんじん ねぎ	塩 香辛料 野菜ブイヨン 塩 こしょう	—	豚肉		
13金	9月		白ご飯		米			—	—	727	
			揚げ魚の野菜あんかけ	たら（粉付） 高野豆腐 たら	でん粉 米油 三温糖 米粉 とうもろこし粉 でん粉	干しいたけ たまねぎ たけのこ にんじん ビーマン	塩 かつおだし 酒 みりん 淡口	小麦	大豆		
16月	17火		なめこ汁	豆腐 みそ	じゃがいも	たまねぎ にんじん なめこ ねぎ	煮干しだし	—	大豆	24.3	
			きなこ揚げパン	脱脂粉乳 きな粉	コッペパン 小麦粉 ショートニング 砂糖 三温糖 米油		塩 イースト 塩	小麦 乳	大豆		
			白菜のクリーム煮	とり肉 牛乳 ナチュラルチーズ 大豆 生乳	マカロニ 植物油	白菜 にんじん たまねぎ クリームコーン グリンピース	クリームポタージュ 塩 こしょう	小麦 乳	鶏肉 大豆		
			アスパラのソテー		米油	アスパラガス しめじ スイートコーン	塩 こしょう 淡口	小麦	大豆		
17火	18水		白ご飯		米			—	—	726	
			ブルコギ	牛肉	ごま油 三温糖 いりごま	にんじん 緑豆もやし たまねぎ エリンギ ビーマン	にんにく 酒 濃口	小麦	牛肉 ごま 大豆		
18水	19木		ワンタンスープ	オーシャンキング たら ホキ	ワンタン でん粉 砂糖 水あめ えごま油	たまねぎ にんじん チンゲンサイ ねぎ	中華だし 淡口 塩 こしょう かつおだし 塩 紅麹色素	小麦	大豆	25.2	
			白ご飯		米			—	—		
18水	19木		とり肉のから揚げ（2個） 白菜の和え物	行事食 （バレンタインデー） 「第1位」 とりに	でん粉 米油 三温糖		酒 塩 こしょう にんにく粉	—	鶏肉	766	
			千切り大根のみそ汁	みやだいす豆腐 みそ	じゃがいも	たまねぎ 切干大根 にんじん ねぎ	煮干しだし	—	大豆	29.3	
19木	20金		減量米粉パン	脱脂粉乳	米粉パン 小麦 米粉 ショートニング 砂糖		塩 イースト	小麦 乳	—	803	
			焼きうどん	ちくわ 大豆粉 魚肉	うどん でん粉 大豆油 砂糖	たまねぎ にんじん 緑豆もやし キャベツ ねぎ	和風だし 濃口 塩 こしょう	小麦	豚肉 大豆		
			チキンサラダ	ささみ水煮	卵不使用マヨネーズ 砂糖	ブロッコリー きゅうり にんじん 寒天	酢 淡口 こしょう 塩 酢 たまねぎ粉 こしょう	小麦	鶏肉 大豆		
			いちご（お花畑産物利用）			いちご		—	—		
20金	16月		白ご飯		米			—	—	723	
			豚肉のみそ煮	豚肉 みやだいす厚揚げ 赤みそ みそ	じゃがいも 三温糖	にんじん こんにゃく ごぼう 青豆	濃口	小麦	豚肉 大豆		
20金	16月		かねん汁（しゅい） （郷土料理 都城地区）	さつま揚げ 大豆 魚肉	でん粉 でん粉 砂糖 大豆油	大根 にんじん 干しいたけ ほうれんそう ねぎ たまねぎ	昆布だし かつおだし 酒 みりん 淡口 塩 塩	小麦	鶏肉 大豆	27.0	
24火		黒糖パン	脱脂粉乳	黒糖パン 小麦粉 ショートニング 砂糖 黒砂糖		塩 イースト	小麦 乳	—	810		
		春巻き	豚肉 大豆	春巻き 米油	キャベツ たまねぎ にんじん 干しいたけ	しょうゆ 塩 ポークエキス しょうが 香辛料	小麦	豚肉 大豆			
		中華和え		三温糖 ごま油 いりごま	きゅうり にんじん キャベツ 緑豆もやし	酢 淡口	小麦	大豆 ごま			
		わかめスープ	とり肉 わかめ		たまねぎ にんじん えのきたけ にら	チキンスープ 野菜ブイヨン 淡口 塩 こしょう	小麦	鶏肉 大豆			
24火	25水		白ご飯		米			—	—	733	
			いわしの梅みそ煮	いわし 梅みそ煮 いわし みそ	米粉 砂糖 米油	うめぼし にんじん 干しいたけ えのきたけ 青豆	みりん 塩 しそエキス	—	大豆		
			にんじんしりしり	さつま揚げ	米油		みりん 淡口	小麦	大豆		
			けんちん汁	大豆 魚肉 油揚げ 豆腐	でん粉 砂糖 大豆油 さといも	たまねぎ 大根 にんじん ごぼう こんにゃく ねぎ	かつおだし 酒 淡口	小麦	大豆		
25水	26木		白ご飯		米			—	—	712	
			いりどり	揚げボール 大豆 いとよりたい たら	じゃがいも 米油 三温糖 でん粉 砂糖 大豆油	干しいたけ こんにゃく たけのこ にんじん さやいんげん ごぼう たまねぎ にんじん	酒 みりん 淡口 濃口 酢 淡口	小麦	鶏肉 大豆		
26木	27金		きゅうりの酢の物	オーシャンキング たら ホキ	ワンタン でん粉 砂糖 水あめ えごま油	きゅうり にんじん	塩	小麦	大豆	29.1	
			ミルクパン	牛乳 脱脂粉乳	ミルクパン 小麦粉 ショートニング 砂糖		塩 イースト	小麦 乳	—		
			チリコンカン	豚肉 豚肉 大豆 青えんどう豆 ひよこ豆 赤いんげん豆	でん粉 砂糖 豚脂 じゃがいも 三温糖	にんじん たまねぎ トマト パセリ にんじん きゅうり キャベツ スイートコーン	塩 しょうが粉 こしょう にんにく 野菜ブイヨン ケチャップ クスター 塩 こしょう 日向夏ドレッシング 酢 淡口	—	豚肉 大豆		
			日向夏ドレッシングのサラダ	まぐろ	三温糖		塩 野菜エキス	小麦	大豆		
27金		白ご飯		米			—	—	722		
		親子丼	かまぼこ たら	三温糖 でん粉 でん粉 砂糖	たまねぎ にんじん 干しいたけ みつば	かつおだし 酒 濃口 淡口 塩 コチニール色素	小麦 卵	鶏肉 大豆			
27金		ご汁	豆腐 油揚げ 大豆 みそ		大根 にんじん ごぼう ねぎ	煮干しだし	—	大豆	30.2		

※栄養価は八訂成分表で計算しています。

※食物アレルギーの表示について：都城学校給食センターの献立表は、アレルギー表示義務８品目（★印）、アレルギー表示推奨２０品目（☆印）のみの表示です。

各献立、使用食材等で御不明な点がございましたら、学校給食センターまでお問い合わせください。(0986-23-2617)