令和7年 2月 学校給食献立表

八丈町給食センター

日	献立	血や肉になるもの	熱や力のもとになるもの	体の調子を整えるもの	その他調味料	エネルギー たんぱく質 脂質 食塩相当量 小学校	中・高	
3 月	牛乳 三色丼 みそ汁	牛乳,★たまご,鶏肉,厚削り,白みそ,赤みそ	精白米,大豆油,上白糖,片栗粉	小松菜,しょうが,玉葱,白菜,えのき,さやいんげん	食塩,醤油	591 25.5 17.0 1.8	750 32 20.2 2.3	Kcal g g g
4 火	***節分メニュー(2月2日は節分)*** 牛乳 けんちんうどん 大豆とじゃこの揚げ煮 みかん	牛乳,厚削り,真昆布,豚肉,油揚げ,じゃこ,大豆	うどん,米油,上白糖,片栗粉,さつまいも,大豆油	**干し椎茸**,人参,ごぼう,大根,ねぎ,小松菜,みかん	醤油,本みりん,食塩	660 22.6 26.0 1.7	844 28.1 32.3 2.2	Kcal g g g
5 水	***富士中学校リクエストメニュー*** 牛乳 てりやきチキンバーガー 野菜チャウダー	牛乳,鶏肉,ｳｲﾝﾅ,調製豆乳	丸ﾊﾟﾝ,大豆油,上白糖,片栗粉,ﾏﾖﾈｰｽﾞ(ﾉﾝｴｯｸﾞ),じゃがいも,米粉	しょうが,ｷｬﾍﾞﾂ,玉葱,人参,大根,ﾌﾞﾛｯｺﾘｰ	醤油,酒,ﾁｷﾝｽﾄｯｸ,食塩,白胡椒	579 26.1 27.7 2.5	734 32.8 34.6 3.3	Kcal g g g
6 木	牛乳 キムチチャーハン ビーフン入り野菜炒め 豆腐とわかめのスープ	牛乳,豚肉,冷凍豆腐,わかめ	精白米,粒麦,大豆油,ﾋﾞｰﾌﾝ,ごま油	しょうが,にんにく,人参,白菜ｷﾑﾁ,ｸﾞﾘｰﾝﾋﾟｰｽ,玉葱,ｷｬﾍﾞﾂ,たけのこ	醤油,白胡椒,液体塩こうじ,ﾁｷﾝｽﾄｯｸ,食塩,酒	577 22.8 16.1 2.2	732 28.4 19 2.9	Kcal g g g
7 金	牛乳 ご飯 サワラのねぎ塩焼き ピリ辛こんにゃく みそ汁	牛乳,**サワラ**,鶏肉,厚削り,白みそ,赤みそ	精白米,ごま油,上白糖,大豆油,つきこんにゃく,じゃがいも	しょうが,ねぎ,人参,さやいんげん,玉葱,**生椎茸**	酒,食塩,白胡椒,本みりん,醤油,一味唐辛子	571 23.6 16.6 1.7	723 29.4 19.6 2.2	Kcal g g g
10 月	牛乳 ポークカレーライス 大根サラダ	牛乳,豚肉	精白米,押麦,大豆油,じゃがいも,薄力粉,ごま油,上白糖	にんにく,しょうが,玉葱,人参,えりんぎ,ｸﾞﾘｰﾝﾋﾟｰｽ,大根,きゅうり	赤ﾜｲﾝ,ﾁｷﾝｽﾄｯｸ,ﾍﾞｲﾘｰﾌﾊﾟｳﾀﾞｰ,ﾄﾏﾄｹﾁｬｯﾌﾟ,ｳｽﾀｰｿｰｽ,醤油,ｵｰﾙｽﾊﾟｲｽ,食塩,白胡椒,ｶﾚｰ粉,穀物酢	645 21.2 20.2 1.6	823 26.2 24.5 2	Kcal g g g
11 火	建国記念の日							
12 水	牛乳 揚げ魚のごまだれ丼 みそ汁	牛乳,**メジ**,厚削り,白みそ,赤みそ	精白米,押麦,片栗粉,大豆油,上白糖,ねりごま,白炒りごま	しょうが,人参,にら,もやし,玉葱,ｷｬﾍﾞﾂ	酒,食塩,本みりん,醤油	681 27.4 23.5 2.0	872 34.6 28.9 2.6	Kcal g g g
13 木	***八丈メニュー①*** 牛乳 ムロ節ご飯 高野豆腐の卵とじ 糸寒天レモンドレッシングサラダ	牛乳,**ムロ節**,鶏肉,高野豆腐,厚削り,★たまご	精白米,大豆油,上白糖,片栗粉,白炒りごま	玉葱,人参,**干し椎茸,明日葉,**ｷｬﾍﾞﾂ,ｺｰﾝ缶,きゅうり,糸寒天,**八丈ﾌﾙｰﾂﾚﾓﾝ**	醤油,酒,穀物酢	613 31.2 18.2 2.3	780 39.7 21.8 3	Kcal g g g
14 金	***バレンタインメニュー*** 牛乳 スパゲティナポリタン 枝豆サラダ ココアケーキ	牛乳,ｳｲﾝﾅ	ｽﾊﾟｹﾞﾃｨ,大豆油,上白糖,無塩ﾊﾞﾀｰ,薄力粉	人参,玉葱,えりんぎ,青ﾋﾟｰﾏﾝ,ﾄﾏﾄ缶,**ﾄﾏﾄ**,枝豆,ｷｬﾍﾞﾂ,ｺｰﾝ缶	ﾄﾏﾄｹﾁｬｯﾌﾟ,食塩,白胡椒,ｳｽﾀｰｿｰｽ,穀物酢,ﾊﾞｼﾞﾙ,ﾍﾞｰｷﾝｸﾞﾊﾟｳﾀﾞｰ,純ｺｺｱ	707 24.5 22.9 2.1	907 30.6 28.1 2.7	Kcal g g g
17 月	***東京メニュー*** 牛乳 柳川風丼 みそちゃんこ鍋	牛乳,豚肉,厚削り,★たまご,**トビウオ**,赤みそ,豆腐,白みそ	精白米,押麦,大豆油,上白糖,片栗粉	しょうが,玉葱,人参,ごぼう,さやいんげん,白菜,ねぎ,えのき	本みりん,醤油,酒	598 27.5 15.8 2.2	760 34.7 18.6 2.9	Kcal g g g
18 火	牛乳 ご飯 メジのおろしポン酢がけ ひじき煮 みそ汁	牛乳,**メジ**,ひじき,厚削り,白みそ,赤みそ	精白米,片栗粉,大豆油,上白糖,つきこんにゃく	しょうが,大根,ﾚﾓﾝ果汁,人参,枝豆,玉葱,もやし,さやいんげん	食塩,酒,醤油,穀物酢,本みりん	642 26.3 20.4 1.8	819 33.1 24.8 2.3	Kcal g g g
19 水	***カミカミメニュー(毎月19日は食育の日)*** 牛乳 鶏ごぼうピラフ 切干大根サラダ オニオンスープ	牛乳,鶏肉,ｳｲﾝﾅ,豚肉	精白米,粒麦,大豆油,上白糖,ごま油	にんにく,ごぼう,玉葱,人参,赤ﾋﾟｰﾏﾝ,ｺｰﾝ缶,ｸﾞﾘｰﾝﾋﾟｰｽ,切干大根,ｷｬﾍﾞﾂ,きゅうり	食塩,白ﾜｲﾝ,醤油,白胡椒,穀物酢,ﾁｷﾝｽﾄｯｸ,ﾊﾟｾﾘ	610 21.2 17.5 2.1	776 26.2 20.8 2.7	Kcal g g g
20 木	***八丈メニュー②*** 牛乳 八丈フルーツレモンのドライカレー キャベツサラダ ヨーグルト	牛乳,豚肉,加糖ﾖｰｸﾞﾙﾄ(牧場の朝)	精白米,押麦,大豆油,薄力粉	しょうが,にんにく,玉葱,人参,**干し椎茸**,ｸﾞﾘｰﾝﾋﾟｰｽ,**八丈ﾌﾙｰﾂﾚﾓﾝ**,ｷｬﾍﾞﾂ,ｺｰﾝ缶,もやし	ｶﾚｰ粉,赤ﾜｲﾝ,ﾄﾏﾄｹﾁｬｯﾌﾟ,ﾁｷﾝｽﾄｯｸ,食塩,醤油,ｳｽﾀｰｿｰｽ,穀物酢	645 23.8 20.2 1.4	823 29.7 24.5 1.8	Kcal g g g
21 金	牛乳 ゆかりご飯 肉じゃが パリパリサラダ	牛乳,豚肉,厚削り	精白米,粒麦,大豆油,つきこんにゃく,上白糖,じゃがいも,ﾜﾝﾀﾝの皮,ごま油	玉葱,人参,**干し椎茸**,さやいんげん,ｺｰﾝ缶,ｷｬﾍﾞﾂ,もやし	ゆかりご飯の素,本みりん,醤油,食塩,穀物酢	638 22.4 14.4 2.0	814 27.8 16.7 2.6	Kcal g g g
24 月	振替休日							
25 火	牛乳 チリコンカンライス 野菜サラダ	牛乳,豚肉,大豆	精白米,大豆油,薄力粉,じゃがいも	にんにく,しょうが,玉葱,人参,ｺｰﾝ缶,ﾄﾏﾄﾋﾟｭｰﾚ,ｸﾞﾘｰﾝﾋﾟｰｽ,ｷｬﾍﾞﾂ,小松菜	ﾀｰﾒﾘｯｸ,ﾄﾏﾄｹﾁｬｯﾌﾟ,中濃ｿｰｽ,ｳｽﾀｰｿｰｽ,ｶﾚｰ粉,ﾁﾘﾊﾟｳﾀﾞｰ,食塩,白胡椒,穀物酢,ﾊﾞｼﾞﾙ	634 23.9 17.1 1.5	808 29.8 20.3 1.9	Kcal g g g
26 水	***中国メニュー*** 牛乳 ご飯 ユーリンチー バンサンスー 白菜の中華スープ	牛乳,鶏肉,★ﾊﾑ,豚肉	精白米,片栗粉,薄力粉,大豆油,上白糖,ごま油,緑豆春雨	ねぎ,しょうが,にんにく,もやし,人参,きゅうり,玉葱,白菜,たけのこ,**干し椎茸**	酒,食塩,醤油,穀物酢,一味唐辛子,ﾁｷﾝｽﾄｯｸ	715 25.0 28.1 1.8	918 31.3 35.2 2.3	Kcal g g g
27 木	牛乳 ひじきご飯 肉豆腐 明日葉のごま和え	牛乳,鶏肉,ひじき,油揚げ,豚肉,冷凍豆腐,厚削り	精白米,粒麦,大豆油,上白糖,しらたき,白すりごま	人参,ごぼう,しょうが,玉葱,**干し椎茸**,ねぎ,さやいんげん,ｷｬﾍﾞﾂ,**明日葉**,もやし	食塩,醤油,酒,本みりん	602 27.0 18.9 2.4	765 34 22.7 3.1	Kcal g g g
28 金	牛乳 食パン イチゴジャム サワラのハーブ焼き ペンネミートソース キャベツのスープ	牛乳,**サワラ**,豚肉	食ﾊﾟﾝ,薄力粉,ﾊﾟﾝ粉,大豆油,ﾍﾟﾝﾈ	いちごｼﾞｬﾑ,にんにく,玉葱,人参,なす,ﾄﾏﾄ缶,**ﾄﾏﾄ**,ｷｬﾍﾞﾂ,さやいんげん	食塩,白胡椒,ﾊﾞｼﾞﾙ,ﾁｷﾝｽﾄｯｸ,ﾄﾏﾄｹﾁｬｯﾌﾟ,中濃ｿｰｽ	550 26.4 22.4 2.6	695 33.2 27.5 3.4	Kcal g g g

※ 都合により献立及び食材料を変更する場合があります。ご了承ください。

※ 八丈産の食材には下線(＿)を引いています。

給食センターのホームページに、毎日の給食の写真をのせています。八丈産の食材や、調理風景などをのせることもあります。QRコードを読み取ってご覧ください。