



# 2月 中学校給食献立表

春日井市教育委員会  
学校給食課

今月の献立目標 冬を元気に過ごす食事をとろう

日 曜	献立名	主な材料とその働き					
		赤 体をつくる		緑 体の調子を整える		黄 体を動かすエネルギーになる	
		1群 魚・肉・卵・大豆など タンパク質	2群 牛乳・小魚・海藻など 無機質	3群 緑黄色野菜	4群 その他の野菜・果物・きのこ ビタミン・無機質	5群 米・パン・めん・いもなど 炭水化物	6群 油脂・種実など 脂質
3 月	麦ごはん 牛乳		牛乳			米 大麦	
	スタミナ汁	豆腐 豚肉 油揚げ 合わせみそ		にんじん	たまねぎ ねぎ にんにく	じゃがいも	
	いかなゲット(3個)	いか たら				小麦粉 だん粉	米油
	小松菜とひじきの和え物		ひじき	小松菜	もやし	砂糖	白ごま
4 火	ナン 牛乳		牛乳			ナン	
	ドライカレー	牛肉 大豆		にんじん ピーマン トマト	たまねぎ にんにく マッシュルーム とうもろこし いちじく	カレールウ	
	ココロポテトサラダ	まぐろ油漬け		にんじん	キャベツ たまねぎ	じゃがいも 砂糖	オリーブ油
	ココア牛乳のもと					砂糖	ココア
5 水	ごはん 牛乳		牛乳			米	
	豚丼の具	豚肉 焼き豆腐		にんじん	たまねぎ しらたき ねぎ エリンギ	砂糖	
	ホキフライ	ホキ				パン粉 小麦粉	米油
	ポイルキャベツ 小袋中濃ソース				キャベツ		
6 木	ごはん 牛乳		牛乳			米	
	マーボ豆腐	豆腐 豚肉 豆みそ		にんじん	たけのこ ねぎ しょうが にんにく	砂糖 だん粉	ごま油
	春巻き	豚肉		にんじん	キャベツ もやし	小麦粉	米油
	もやしのごまじょうゆ和え				もやし		白ごま ごま油
7 金	麦ごはん 牛乳		牛乳			米 大麦	
	いも子汁	牛肉		にんじん	ごぼう こんにゃく ねぎ えのきたけ	さといも	
	宗田かつおのおかか煮 切り干し大根のあえもの	かつお			きゅうり 切り干し大根	砂糖	ごま油
	きらず揚げ	おから				小麦粉 砂糖	菜種油
10 月	麦ごはん 牛乳		牛乳			米 大麦	
	卵とじ	卵 鶏肉		にんじん さやいんげん	たまねぎ しいたけ	じゃがいも 砂糖	
	豚肉とれんこんの甘辛炒め	豚肉		にんじん	れんこん エリンギ	砂糖	ごま油
	しらぬい				しらぬい		
12 水	ごはん 牛乳		牛乳			米	
	スキー汁	豆腐 豚肉 合わせみそ		にんじん	大根 ごぼう こんにゃく ねぎ	さつまいも	
	ちくわのいそべ揚げ(3個) ブロッコリーのおかか和え	ちくわ	青のり	ブロッコリー	有機ブロッコリーを 使っています	小麦粉 だん粉	米油
	玄米ごはん 牛乳		牛乳			米	
13 木	トックスープ	鶏肉		にんじん ほうれん草	たまねぎ たけのこ	トック	
	タコライス具 型抜きチーズ	豚肉 牛肉 大豆		にんじん	たまねぎ キャベツ	砂糖	
	ミルクロールパン 牛乳		牛乳			パン	
	とり肉とキャベツの 豆乳クリーム煮	鶏肉 豆乳		にんじん	たまねぎ キャベツ ぶなしめじ エリンギ しょうが にんにく	ホワイトルウ	
14 金	根菜サラダ	まぐろ油漬け			ごぼう れんこん きゅうり	砂糖	ドレッシング
	大豆チョコクリーム	大豆				砂糖	大豆油 ココア
	ごはん 牛乳		牛乳			米	
	五目汁	豆腐 鶏肉		にんじん ほうれん草	大根 しいたけ		
17 月	まぐろの甘辛煮	まぐろ油漬け			キャベツ しょうが	砂糖	
	きざみたくあん 手巻きのり		のり		大根	砂糖	
	麦ごはん はっこう乳		はっこう乳			米 大麦	
	関東煮 愛知のれんこん入りつくね(3個) 菜の花和え	ちくわ 鶏肉	昆布	にんじん	大根 こんにゃく れんこん たまねぎ キャベツ	さといも 砂糖	
19 水	ソフトめん 牛乳		牛乳			ソフトめん	
	ミートソース	豚肉 牛肉 大豆	チーズ 脱脂粉乳	にんじん トマト	たまねぎ グリンピース マッシュルーム	トマトルウ 砂糖	
	花野菜サラダ	まぐろ油漬け		ブロッコリー にんじん	カリフラワー きゅうり	砂糖	サラダ油
	いよかん				いよかん		

- ① 都合により献立を変更する場合があります。 ② すべての食材を表記しているものではありません。 ③ 主食となるめん類は前日に製造しています。  
④ ♪マークは、食缶・フライ缶のおかず、特定原材料8品目(卵・乳・小麦・えび・かに・そば・落花生・くるみ)を使用していない献立です(調味料を除く)。

日 曜	2月 献立名	主な材料とその働き					
		赤 体をつくる		緑 体の調子を整える		黄 体を動かすエネルギーになる	
		1群 魚・肉・卵・大豆など タンパク質	2群 牛乳・小魚・海藻など 無機質	3群 緑黄色野菜	4群 その他の野菜・果物・きのこ ビタミン・無機質	5群 米・パン・めん・いもなど 炭水化物	6群 油脂・種実など 脂質
㊦ 20 木	わかめごはん 牛乳		わかめ 牛乳			米	
	切り干し大根の具沢山スープ	ベーコン		にんじん	キャベツ えのきたけ 切り干し大根		ごま油
	あつあげと小松菜のあんかけ	生揚げ 鶏肉		にんじん 小松菜	たまねぎ しょうが	砂糖 でん粉	ごま油
	米粉プリンタルト	豆乳				砂糖 米粉	ショートニング
21 金	麦ごはん 牛乳		牛乳			米 大麦	
	ピリ辛スープ	豚肉 豆腐 白みそ		にんじん にら	はくさい たまねぎ		ごま油
	チキンアドボ	鶏肉 うずら卵		にんじん	たまねぎ にんにく	じゃがいも 砂糖 でん粉	
	いわしの干し小魚		いわし			砂糖	
25 火	ごはん 牛乳		牛乳			米	
	中華海鮮うま煮	いか うずら卵 ちくわ		にんじん チンゲンサイ	たまねぎ キャベツ たけのこ	砂糖 でん粉	ごま油
	揚げポークしゅうまい (3個)	豚肉			たまねぎ	小麦粉	米油
	もやしのナムル				もやし	砂糖	白ごま ごま油
㊦ 26 水	ごはん 牛乳		牛乳			米	
	肉じゃが	豚肉		にんじん	たまねぎ こんにゃく グリーンピース	じゃがいも 砂糖	
	まぐろのレモンじょうゆ和え	まぐろ			レモン	でん粉 砂糖	米油
	りんごヨーグルト		ヨーグルト		りんご		
27 木	あいちの米粉パン 牛乳		牛乳			パン	
	コーンポタージュ	鶏肉	牛乳 チーズ	にんじん パセリ	たまねぎ とうもろこし	じゃがいも ホワイトルウ	バター
	ハンバーグのトマトソースかけ	豚肉		トマト	たまねぎ セロリ にんにく	米粉 砂糖	米油
	フレンチサラダ			にんじん	キャベツ		ドレッシング
28 金	麦ごはん 牛乳		牛乳			米 大麦	
	打ち豆汁	大豆 油揚げ 合わせみそ		にんじん 小松菜	大根 ごぼう	さといも	
	いろどりいため	豚肉		にんじん ピーマン	たまねぎ しょうが にんにく	砂糖 でん粉	米油
	ブルーーン				ブルーーン		

### 今月の献立紹介

28日(金) 打ち豆汁



打ち豆汁は、福井県の郷土料理です。打ち豆とは、大豆を水につけて戻してから、石うすの上ののせて、木づちでつぶしたものです。打ち豆は、火が早く通るので料理に使いやすく、また食べやすくなります。

大豆は、たんぱく質を多く含むので「畑の肉」とも呼ばれています。



### 応募献立

14日(金)

とり肉とキャベツの豆乳クリーム煮

《応募者のアピールコメント》

豆乳が苦手な人でもおいしく食べられます



豆乳には、成長期に必要な栄養素の鉄分が含まれています。



### ブロッコリー

ブロッコリーは花野菜ともよばれ、小さなつぼみと茎の部分が食べられます。愛知県では、田原市や豊橋市でたくさん作られています。また、ビタミンCを多く含む緑黄色野菜で、体の調子を整えてくれます。

12日(水)は、有機ブロッコリーを使っています。



### <学校給食費の納期限等のお知らせ>

単価	対象月	納期限・口座振替日	予定金額	給食日数
285円	12月分	令和7年1月31日(金)	4,275円	15日
	1月分	令和7年2月28日(金)	4,845円	17日

※ 口座への入金、納期限(口座振替日)の前日までにお願いします。  
 ※ 給食提供日の4日前(土日祝休日等を除く)までに、欠席等により給食を食べない旨、学校に連絡がない場合は、給食費を請求させていただきます。

令和6年4月分から、1食当たり給食費を340円としています。ただし、令和6年度中は公費負担により値上げ分を無償化し、保護者負担額(児童生徒分)は変更せず、285円としています。

市のホームページにアレルギー献立表を掲載しています。



### 【調理員募集中】

学校や保育園の美味しい給食を作りませんか?

詳しくは[こちら](#)

