

2月 家庭配布献立表

		中学	Bブロック	東部学校給食センター		エネルギー(kcal) たんぱく質(g) カルシウム(mg) 食塩(g)	一ロメモ
日 (曜)	献立	主に体を作る たんぱく質、無機質を 多く含む	主に体の調子を整える カロテン、ビタミンCを多く含む	主にエネルギーになる 炭水化物、脂質を多く含む	調味料		
2 (月)	米飯			米飯		754	静岡県内の食材を 知ろう 「かつおの二色丼」 (かつお)
	牛乳	牛乳				29.0	
	かつおの二色丼	かつお油漬 鶏卵	生姜	砂糖 食用植物油脂	醤油 酒	387	
	野菜のごま和え	かまぼこ	キャベツ ほうれん草 もやし	ごま 砂糖	醤油	2.5	
	のっぺい汁	油揚げ 豆腐	にんじん こんにゃく 大根	里芋 でんぶん	かつおだし 塩 醤油		
3 (火)	ミルク食パン			ミルクパン		777	魚を食べよう 「あじのカレーフライ」
	牛乳	牛乳				31.9	
	あじのカレーフライ	あじ		大豆油 パン粉 小麦粉	カレー粉	493	
	せんキャベツ		キャベツ		中濃ソース	2.9	
	ワンタンスープ	豚肉	にんじん たまねぎ 白菜 根深 ねぎ	ワンタン	中華スープの素 塩 こしょう がら スープ 酒 醤油		
	チョコレートクリーム			チョコレートクリーム			
4 (水)	米飯			米飯		806	節分献立「いわしの ごまみそ煮、五目豆」
	牛乳	牛乳				30.0	
	いわしのごまみそ煮	いわし みそ		砂糖		571	
	五目豆	昆布 大豆 油揚げ	ごぼう にんじん こんにゃく たけ のこ	砂糖	醤油 みりん かつおだし	2.9	
	けんちん汁	豚肉 豆腐 魚肉	しいたけ 大根 葉ねぎ	ごま油 里芋 でんぶん なた ね油	かつおだし 醤油 塩		
	プリン	豆乳		水あめ 砂糖			
5 (木)	米飯			米飯		859	中華料理を味わおう 「酢豚、中華サラダ」
	牛乳	牛乳				25.4	
	酢豚	豚肉	生姜 たけのこ にんじん しいた け たまねぎ ピーマン	でんぶん 大豆油 じゃがい も 砂糖	酒 醤油 みりん トマトケチャップ 酢	310	
	中華サラダ	ハム 鶏卵	キャベツ きゅうり もやし きくら げ	春雨 ごま 植物油脂	中華塩味ドレッシング 塩	2.3	
	甘夏みかん缶		甘夏みかん缶				
	コーヒースロップ			コーヒースロップ			
6 (金)	ミルク食パン			ミルクパン		787	冬季オリンピック献立 「イタリア」
	牛乳	牛乳				29.3	
	クリームスバ	鶏肉 チーズ 牛乳 スキム ミルク	たまねぎ にんじん りんごベー スト ほうれん草	バター じゃがいも スパゲッ ティ 小麦粉 マーガリン 生ク リーム	スープストック 塩 こしょう がら スープ	420	
	ハムサラダ	ハム	きゅうり キャベツ どうもろこし		イタリアンドレッシング	3.0	
	ジャム			いちごジャム			
	パンナコッタ	豆乳加工食品	うんしゅうみかん果汁	砂糖			
9 (月)	米飯			米飯		772	魚を食べよう 「ぶりの竜田揚げ」
	牛乳	牛乳				28.0	
	ぶりの竜田揚げ	ぶり	生姜	大豆油	醤油	465	
	ポテトサラダ	ハム	にんじん キャベツ きゅうり	じゃがいも マヨネーズ	こしょう	2.5	
	みそ汁	油揚げ 豆腐 わかめ 白み そ 赤みそ	大根 根深ねぎ		かつおだし		
	ふりかけ				ひじき入りふりかけ		
10 (火)	米飯			米飯		705	色々な卵料理を 知ろう 「茶わん蒸し」
	牛乳	牛乳				30.5	
	すきやき	牛肉 焼き豆腐	こんにゃく 白菜 にんじん えの きたけ 根深ねぎ	砂糖	酒 みりん 醤油	353	
	和風サラダ	いか わかめ	きゅうり キャベツ		和風ドレッシング	2.5	
	茶わん蒸し	鶏卵	枝豆 しいたけ		醤油		
12 (木)	ソフトめん			ソフトめん		1012	バレンタイン献立
	牛乳	牛乳				37.1	
		牛肉 豚肉 チーズ スキム ミルク	にんにく 生姜 たまねぎ にんじ ん トマト りんごペースト	大豆油 小麦粉 マーガリン	赤ワイン ナツメグ ウスターソー ス スープストック とりがらスープ トマトケチャップ 塩 こしょう フィ ッシュカルシウム	448	
	ミートソース						
	コロッケ	鶏肉 豚肉		大豆油 じゃがいも 小麦粉 パン粉		3.4	
	アーモンドサラダ	ハム	キャベツ きゅうり	アーモンド	フレンチドレッシング		
13 (金)	米飯			米飯		837	中華料理を味わおう
	牛乳	牛乳				35.1	
	麻婆豆腐	豚肉 豆腐 赤みそ	にんにく 生姜 しいたけ にんじ ん たけのこ たまねぎ 根深ねぎ	大豆油 砂糖 でんぶん ご ま油	中華スープの素 酒 オイスター ソース 麻婆豆腐の素 醤油 赤唐 辛子粉 フィッシュカルシウム	469	
	野菜のごまレモンじょうゆ和 え	いか	ほうれん草 キャベツ レモン果 汁	ごま油	醤油 かつおだし	2.7	
	えびしゅうまい	えび たら ぼたてエキス		小麦粉			
16 (月)	米飯			米飯		949	種実類を食べよう 「フライドナッツ」
	牛乳	牛乳				30.7	
	田舎煮	豚肉 生揚げ 昆布 赤みそ	にんにく 生姜 大根 にんじん ごぼう こんにゃく しいたけ	里芋 砂糖 ごま油	醤油 かつおだし 塩 酒 みりん	374	
	即席漬		白菜	ごま	ふりかけ調理用 塩	2.2	
	フライドナッツ			カシューナッツ 大豆油	塩		
	コーヒースロップ			コーヒースロップ			

2月 家庭配布献立表

		中学	Bブロック	東部学校給食センター		エネルギー(kcal) たんぱく質(g) カルシウム(mg) 食塩(g)	一口メモ
日 (曜)	献立	主に体を作る たんぱく質、無機質を 多く含む	主に体の調子を整える カロテン、ビタミンCを多く含む	主にエネルギーになる 炭水化物、脂質を多く含む	調味料		
17 (火)	ロールパン背割			パン		799	パンにはみんなで 食べよう 「セルフホットドック、 キャベツソテー」
	牛乳	牛乳				33.8	
	セルフホットドック	ウィンナー チーズ		大豆油 砂糖	トマトケチャップ とんかつソース 赤ワイン	443	
	キャベツソテー		キャベツ	大豆油	スープストック 塩 こしょう	4.3	
	ミネストローネ	ベーコン	にんじん たまねぎ キャベツ トマト	マカロニ	がらスープ スープストック 塩 こしょう		
18 (水)	米飯			米飯		783	ふるさと給食の日 「はるみ」 
	牛乳	牛乳				25.4	
		牛肉 チーズ スkimミルク	にんにく 生姜 にんじん たまねぎ マッシュルーム りんご ベースト グリンピース	大豆油 じゃがいも 生クリーム	赤ワイン スープストック 塩 こしょう チャツネ トマトケチャップ ウスターソース ハヤシルウ フィッシュカルシウム がらスープ	361	
	ハヤシライス						
	グリーンサラダ		レタス きゅうり キャベツ		コールスロートドレッシング	2.6	
19 (木)	米飯			米飯		742	体を温める料理を 食べよう 「のっぺい汁」
	牛乳	牛乳				33.7	
	さわらみりんしょうゆ焼き	さわら			醤油 みりん	478	
	筑前煮	鶏肉 生揚げ	生姜 こんにゃく しいたけ ごぼう にんじん	ごま油 砂糖	酒 醤油 フィッシュカルシウム かつおだし	2.0	
	のっぺい汁	油揚げ 豆腐	なめこ 大根 しめじ	里芋 でんぶん	かつおだし 塩 醤油		
20 (金)	ミルク食パン			ミルクパン		875	フランス料理を 味わおう 「にんじんラペ」
	牛乳	牛乳				41.2	
	鶏肉の唐揚げ	鶏肉		でんぶん 小麦粉 大豆油	醤油 酒 フィッシュカルシウム	574	
	にんじんラペ		にんじん どうもろこし レモン果汁	アーモンド オリーブ油 砂糖	塩 こしょう	3.4	
	さつまいものポタージュ	牛乳 スkimミルク	たまねぎ	大豆油 さつまいも さつまいもペースト 小麦粉 マーガリン 生クリーム	がらスープ スープストック 塩 こしょう		
24 (火)	味付煮干し	味付煮干し					富士山の日献立
	さくらごはん			さくらご飯		791	
	牛乳	牛乳				26.0	
	厚焼卵	鶏卵 しらす あおさ		砂糖		449	
	切干大根の煮物	油揚げ	切干大根 にんじん こんにゃく どうもろこし	砂糖	かつおだし 醤油 みりん	4.0	
25 (水)	なめこ汁	豆腐 わかめ 白みそ 赤みそ	なめこ 葉ねぎ		かつおだし		体を温める料理を 食べよう 「みぞおでん」
	大福	白いんげん豆 乳製品	緑茶粉末	砂糖 もち粉			
	米飯			米飯		710	
	牛乳	牛乳				25.5	
	みぞおでん	豚肉 昆布 黒はんぺん さつまあげ うずら卵 赤みそ	こんにゃく 大根	じゃがいも 砂糖	かつおだし 醤油 みりん	371	
26 (木)	ひじき入りおひたし	いか ひじき	小松菜 にんじん キャベツ		かつおだし 醤油	2.1	給食で人気の献立 「ボークカレー」
	キウイフルーツ		キウイフルーツ				
	麦入り米飯(5%)			麦ご飯		902	
	牛乳	牛乳				32.1	
	ポークカレー	豚肉 チーズ スkimミルク	にんにく 生姜 たまねぎ にんじん りんご ベースト	大豆油 じゃがいも	塩 とりがらスープ 赤ワイン こしょう カレーウ カレー粉 トマトケチャップ 中濃ソース フィッシュカルシウム	448	
27 (金)	野菜サラダ	ハム	キャベツ きゅうり 枝豆 どうもろこし		和風乳化ごまドレッシング	2.8	中華料理を味わおう
	ヨーグルト	ヨーグルト	いちご果汁				
	中華めん			中華めん		883	
	牛乳	牛乳				39.7	
	八宝めん	豚肉 えび いか うずら卵	生姜 にんにく しいたけ たけのこ にんじん 白菜 根深ねぎ	大豆油 砂糖 でんぶん ごま油	酒 醤油 中華スープの素 塩 こしょう フィッシュカルシウム	409	
	揚げぎょうざ	豚肉	キャベツ たまねぎ	大豆油 小麦粉		2.5	
	杏仁かん	杏仁寒天	黄桃缶 みかん缶 バインアップル缶				
	アーモンド入り味付煮干し	アーモンド入り味付煮干し					

※ 家庭配付用献立表には、すべての食材は記載されていません。詳細な内容が必要な場合は、詳細献立表を確認してください。
 ※ 令和7年4月以降、静岡市の学校給食では落花生（ピーナッツ）・くるみを原材料とした給食の提供はありません。
 ※ 米飯の製造過程で小麦、大豆が混入する可能性があります。
 ※ パンの製造過程でくるみ、卵、落花生、ごま、大豆、豚肉、りんご、ゼラチンが混入する可能性があります。
 ※ めん類の製造過程でそば、卵が混入する可能性があります。
 ※ 東部学校給食センターでは、アレルギー原因食材を使用した調理機器の共用があります。
 また、別のブロックで使用するアレルギー原因食材の飛沫等が混ざる可能性もあります。