

2月 家庭配付用献立表

※記載されている栄養価は3、4年生もしくは中学校の数値です。
※給食費は全て食材料費に使われています。

日 (曜)	児(中) 献立	Bブロック	西島学校給食センター	調味料	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
2 (月)	米飯(減量) 牛乳 肉じゃが 野菜のレモンじょうゆ和え 手作りふりかけ	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 カルテン、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		606 23.6 314 1.8
		牛乳		米飯		
		豚肉	たまねぎ こんにゃく にんじん しいたけ	大豆油 ジャガイモ 砂糖	酒 醤油 みりん かつお節	
			ほうれん草 キャベツ レモン果汁		醤油 かつおだし	
		ちりめん干し 塩昆布 かつお節		ごま 砂糖	酒 醤油 みりん 酢	
3 (火)	ソフトめん 牛乳 ミートソース 海と山のサラダ ガトーショコラ			ソフトめん		674 27.3 327 2.5
		牛乳				
		豚肉 みそ チーズ	生姜 にんにく たまねぎ にんじん マッシュルーム グリンピース トマト ピューレ	大豆油	赤ワイン ハヤシルウ とんかつソース コンソメスープの素 トマトケチャップ 塩 こしょう	
		いか	レタス きゅうり しめじ	大豆油	塩 こしょう イタリアンドレッシング	
4 (水)	米飯(減量) 牛乳 ぎょうざ 中華サラダ 卵スープ	豆乳		砂糖 米粉 植物油	ココア	602 20.6 332 1.9
		牛乳		米飯		
		豚肉 鶏肉 大豆粉	キャベツ たまねぎ にら 生姜	小麦粉 豚脂 砂糖 てんぶん	醤油 塩	
		ハム	キャベツ きゅうり もやし きくらげ		中華ドレッシング	
		ベーコン 豆腐 鶏卵	にんじん たまねぎ ほうれん草	てんぶん	中華スープの素 塩 こしょう	
5 (木)	さくらごはん 牛乳 黒はんぺんのごま揚げ 大豆の磯煮 白菜スープ	ふるさと給食の日		米飯	醤油 塩	665 24.3 355 3.4
		牛乳				
		黒はんぺん		小麦粉 ごま 大豆油		
		大豆 ひじき 油揚げ	にんじん こんにゃく	砂糖 大豆油	醤油 みりん かつおだし	
		豚肉	白菜 チンゲンサイ たまねぎ 根深ねぎ		塩 こしょう コンソメスープの素 醤油 とりがらスープ	
6 (金)	ナン(減量) 牛乳 ドライカレー ポテトサラダ ヨーグルト			ナン		664 31.9 367 2.1
		牛乳				
		豚肉 チーズ	にんにく 生姜 たまねぎ にんじん トマト グリンピース	大豆油	赤ワイン ガラムマサラ 中濃ソース 塩 カレー粉 チリパウダー ターメリック こしょう	
		ハム	キャベツ きゅうり	じゃがいも マヨネーズ	塩 こしょう	
		ヨーグルト				
7 (月)	米飯(減量) 牛乳 吉野煮 和風サラダ かつおそばろ	環境おうえん給食		米飯		631 31.2 297 1.9
		牛乳				
		豚肉 うずら卵	たけのこ たまねぎ にんじん 大根 白菜	大豆油 ジャガイモ 砂糖 てんぶん	酒 塩 醤油 かつお節	
		いか わかめ	きゅうり キャベツ		和風乳化ドレッシング	
		かつおくんせいフレーク	生姜	砂糖	醤油 酒 みりん	
8 (火)	米飯(減量) 牛乳 さけの塩焼き 切干大根の煮物 のっつい汁			米飯		628 31.8 369 2.3
		牛乳				
		さけ		大豆油	塩	
		油揚げ	切干大根 にんじん こんにゃく	砂糖	かつお節 醤油 みりん	
		豚肉 豆腐	たまねぎ ほうれん草	里芋 てんぶん	かつお節 塩 醤油	
9 (木)	緑茶ロールパン(減量) 牛乳 コーヒーシロップ クラムチャウダー ハムサラダ はるみ	ふるさと給食の日		緑茶ロールパン		624 22.6 367 2.9
		牛乳				
				コーヒーシロップ		
		ベーコン あさり 牛乳	たまねぎ にんじん バセリ	大豆油 ジャガイモ 小麦粉 マー ガリン	白ワイン スープストック 塩 こしょう	
		ハム	きゅうり キャベツ とうもろこし		クリーミーコーンドレッシング	
10 (金)	米飯(減量) 牛乳 さけの塩焼き 切干大根の煮物 のっつい汁	はるみ				629 26.3 432 2.6
		牛乳		米飯		
		生揚げ 豚肉 黒はんぺん さつまあげ 昆布 みそ	大根 こんにゃく 生姜	砂糖 ジャガイモ	醤油 かつお節	
		ししゃも		てんぶん 大豆油		
11 (土)	油揚げ	油揚げ	小松菜 にんじん 白菜 しめじ	砂糖	醤油 酒 かつおだし	629 26.3 432 2.6
12 (木)	野菜の煮びたし					624 22.6 367 2.9
13 (金)	みそおでん ししゃもの唐揚げ 野菜の煮びたし					629 26.3 432 2.6

児(中)		Bブロック		西島学校給食センター		
日 (曜)	献立	主に体を作る	主に体の調子を整える	主にエネルギーになる	調味料	エネルギー(kcal) たんぱく質(g) カルシウム(mg) 食塩(g)
16 (月)	献立	たんぱく質、無機質を多く含む	カロテン、ビタミンCを多く含む	炭水化物、脂質を多く含む		
		牛乳		米飯		772
		鶏肉 豚肉	たまねぎ	大豆油 砂糖 脂肪 てんぶん	赤ワイン ウスターソース マトケチャップ 塩	24.0
		ハム	キャベツ きゅうり	マカロニ マヨネーズ	塩 こしょう	454
		ベーコン	にんじん たまねぎ パセリ		とりがらスープ スープストック 塩 こしょう	1.9
		鶏卵 乳製品		小麦粉 砂糖 マーガリン チョコレート 植物油 アーモンド	ココア 塩	
17 (火)	献立			米飯		568
		牛乳				21.9
		鶏肉 豚肉	たまねぎ にんじん ごぼう ねぎれんこん 生姜	パン粉 砂糖 ごま なたね油	醤油 塩	372
		ひじき	ほうれん草 もやし キャベツ		醤油 かつおだし	2.1
18 (水)	献立	油揚げ 豆腐 みそ	大根 にんじん 葉ねぎ	里芋	かつお節	
		牛乳		中華めん		704
		豚肉 みそ	生姜 にんにく にんじん もやし キャベツ どうもろこし 根深ねぎ	大豆油	酒 醤油 みそラーメンスープの素 とりがらスープ とんこつスープ 中華スープの素 塩 こしょう	24.8
		春巻	豚肉 大豆粉	キャベツ にんじん たまねぎ 生姜	小麦粉 てんぶん はるさめ 砂糖 大豆油	402
		こんにゃくサラダ	海藻ミックス	サラダこんにゃく ほうれん草 キャベツ	和風ドレッシング	3.3
		杏仁ゼリー	豆乳	もも あんず	水あめ	
19 (木)	献立	牛乳		米飯		603
		大根のそぼろ煮	鶏肉	大根 グリンピース にんじん たけのこ しいたけ	里芋 てんぶん 砂糖 大豆油 酒 醤油	24.5
		野菜のからし和え		キャベツ ほうれん草 もやし	醤油 かつおだし 洋辛子粉	316
		納豆			たれ	2.2
20 (金)	献立	米飯(減量)		米飯		650
		牛乳				33.1
		さわらのてり焼き	さわら	砂糖 大豆油	醤油 塩	343
		野菜の含め煮	豚肉	こんにゃく にんじん ごぼう 大根	砂糖 じゃがいも かつお節 醤油 みりん	1.7
24 (火)	献立	かき玉汁	豆腐 鶏卵	しめじ たまねぎ ほうれん草	てんぶん かつお節 薄口醤油 塩	
		ミルク食パン(減量)		ミルクパン		632
		牛乳				26.1
		ツナサンド	まぐろ油漬	きゅうり マヨネーズ		328
25 (水)	献立	ポトフ	鶏肉 ウインナー	にんじん たまねぎ 小かぶ 小かぶ 葉 キャベツ	大豆油 じゃがいも とりがらスープ コンソメスープの素 塩 こしょう	2.4
		黄桃缶		黄桃	砂糖	
		牛乳				
		鶏肉のみそからめ				
26 (木)	献立	きんぴら				
		きのこ汁				
		牛乳		米飯		657
		野菜サラダ	鶏肉 みそ	てんぶん 大豆油 砂糖 アーモンド	醤油 酒 みりん	25.2
27 (金)	献立	福神漬	油揚げ	ごぼう にんじん こんにゃく 枝豆	ごま油 砂糖 ごま みりん 醤油 赤唐辛子粉	310
		牛乳				2.0
		ひな祭り	豚肉	白菜 大根 しいたけ えのきたけ なめこ 根深ねぎ	かつお節 塩 醤油	
		麦入り米飯		麦ご飯		
お し ら せ	献立	牛乳				702
		ピーフカレー	牛肉 チーズ スキムミルク	にんにく 生姜 たまねぎ にんじん りんご	赤ワイン とんこつスープ チャツネ カレールウ マトケチャップ 中濃ソース こしょう	23.9
		厚焼卵		キャベツ きゅうり 枝豆 とうもろこし	イタリアンドレッシング	328
		駿河汁		だいこん なす きゅうり れんこん 生姜	醤油 醋 塩	2.8
ひな祭り	献立	ひな祭りゼリー	牛乳	米飯		666
		ちらしずし	油揚げ いか	にんじん たけのこ かんぴょう しいたけ	醤油 みりん 塩 合わせ酢	26.2
		厚焼卵	鶏卵	砂糖 てんぶん 植物油	酢 塩 醤油	396
		駿河汁	いわしのつみれ 豆腐 みそ	大根 小松菜 生姜	じやがいも かつお節	3.6
		ひな祭り		いちごりんご	砂糖 豆乳クリーム	

この献立表には、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・くるみを原材料とした給食の提供はありません。
- 給食で使用している魚介類(しらす・ほしなど)や海藻には、エビやイカ、カニ、タコなどが混入している場合があります。
- 米飯の製造工場では、同一ラインにてえび、小麦、卵、ごま、大豆、鶏肉、豚肉を含む製品を製造しております。
- パンは小麦、乳を使用しており、パンの製造工場では、同一ラインにてくるみ、卵、落花生、アーモンド、オレンジ、カシューナッツ、ごま、大豆、豚肉、マカダミアナッツ、もも、りんご、ゼラチンを含む製品を製造しております。
- めん類は小麦を使用しており、めん類の製造工場では、同一ラインにてそば、卵を含む製品を製造しております。
- 揚げ油は、料理が変わるために交換するとは限りません。

・給食の食材の使用にあたり、安全確認につとめています。
 ・魚には、小骨が残っている場合があります。食べるときは注意しましょう。
 ・献立表の食品の分類については、静岡市では、食べ物の体の中での働きで分けています。
 ・献立により、栄養価や子どもたちの食べられる量を考慮して、主食を減量することがあります。