

2月 家庭配布献立表

		中学	Aブロック	東部学校給食センター			
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 カルテイン、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	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)	ミルク食パン 牛乳 あじのカレーフライ せんキャベツ ワンタンスープ チョコレートクリーム			ミルクパン		777	魚を食べよう 「あじのカレーフライ」
		牛乳				31.9	
		あじ		大豆油 パン粉 小麦粉	カレー粉	493	
		豚肉	キャベツ にんじん たまねぎ 白菜 根深ねぎ	ワンタン	中濃ソース 中華スープの素 塩 こしょう がら スープ 酒 醤油	2.9	
					チョコレートクリーム		
3 (火)	米飯 牛乳 いわしのごまみそ煮 五目豆 けんちん汁 プリン			米飯		806	節分献立「いわしの ごまみそ煮、五目豆」
		牛乳				30.0	
		いわし みそ		砂糖		571	
		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	
		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 醬油 塩		
		豆乳		水あめ 砂糖			
4 (水)	米飯 牛乳 酢豚 中華サラダ 甘夏みかん缶 コーヒーシロップ			米飯		859	中華料理を味わおう 「酢豚、中華サラダ」
		牛乳				25.4	
		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 ジャガイモ 砂糖	酒 醬油 みりん トマトケチャップ 醋	310	
		ハム 鶏卵	キャベツ きゅうり もやし さくらげ	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				
				コーヒーシロップ			
5 (木)	ミルク食パン 牛乳 クリームスパ ハムサラダ ジャム パンナコッタ			ミルクパン		787	冬季オリンピック献立 「イタリア」
		牛乳				29.3	
		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 ジャガイモ 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	きゅうり キャベツ とうもろこし		イタリアンドレッシング	3.0	
				いちごジャム			
		豆乳加工食品	うんしゅうみかん果汁	砂糖			
6 (金)	米飯 牛乳 ぶりの竜田揚げ ポテトサラダ みそ汁 ぶりかけ			米飯		772	魚を食べよう 「ぶりの竜田揚げ」
		牛乳				28.0	
		ぶり	生姜	大豆油	醤油	465	
		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	
		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		
					ひじき入りぶりかけ		
7 (月)	米飯 牛乳 すきやき 和風サラダ 茶わん蒸し			米飯		705	色々な丼料理を 知ろう 「茶わん蒸し」
		牛乳				30.5	
		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 醬油	353	
		いか わかめ	きゅうり キャベツ		和風ドレッシング	2.5	
		鶏卵	枝豆 しいたけ		醤油		
10 (火)	ソフトめん 牛乳 ミートソース コロッケ アーモンドサラダ チョコタルト			ソフトめん		1012	バレンタイン献立
		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 トマトりんごベース	大豆油 小麦粉 マーガリン	赤ワイン ナツメッグ ウスターソース スープストック ヒトリガラスープ トマトケチャップ 塩 こしょう フィッシュカルシウム	448	
		鶏肉 豚肉		大豆油 ジャガイモ 小麦粉 パン粉		3.4	
		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		
		鶏卵		小麦粉 マーガリン アーモンド	チョコレート		
12 (木)	米飯 牛乳 麻婆豆腐 野菜のごまレモンじょうゆ和え えびしゅうまい			米飯		837	中華料理を味わおう
		牛乳				35.1	
		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 醬油 赤唐辛子粉 フィッシュカルシウム	469	
		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	
		えびたら ほたてエキス		小麦粉			
13 (金)	米飯 牛乳 田舎煮 即席漬け フライドナッツ コーヒーシロップ			米飯		949	種実類を食べよう 「フライドナッツ」
		牛乳				30.7	
		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	
			白菜	ごま	ふりかけ調理用 塩	2.2	
				カシュークリスチ 大豆油	塩		
				コーヒーシロップ			

2月 家庭配布献立表

		中学	Aブロック	東部学校給食センター			
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	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
16 (月)	ロールパン背割 牛乳 セルフホットドック キャベツソテー ¹ ミネストローネ			パン		799 33.8 443 4.3	パンにはさんで 食べよう 「セルフホットドック、 キャベツソテー」
		牛乳					
		ワインナー 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		
		キャベツ		大豆油	スープストック 塩 こしょう		
		ペーコン	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		
17 (火)	米飯 牛乳 ハヤシライス グリーンサラダ はるみ			米飯		783 25.4 361 2.6	ふるさと給食の日 「はるみ」 
		牛乳					
		牛肉 チーズ スキムミルク	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 チヤソ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		
			レタス きゅうり キャベツ		コールスロードレッシング		
			はるみ				
18 (水)	米飯 牛乳 さわらみりんしょゆ焼き 筑前煮 のっつい汁			米飯		742 33.7 478 2.0	体を温める料理を 食べよう 「のっつい汁」
		牛乳					
		さわら			醤油 みりん		
		鶏肉 生揚げ	生姜 こんにゃく 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		
		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		
19 (木)	ミルク食パン 牛乳 鶏肉の唐揚げ にんじんラペ さつまいものポタージュ 味付煮干し			ミルクパン		875 41.2 574 3.4	フランス料理を 味わおう 「にんじんラペ」
		牛乳					
		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		
			にんじん とうもろこし レモン果 汁	アーモンドオーリーブ油 砂糖	塩 こしょう		
		牛乳 スキムミルク	たまねぎ	大豆油 さつまいも さつまい もベースト 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		
20 (金)	さくらごはん 牛乳 厚焼卵 切干大根の煮物 なめこ汁 大福			さくらご飯		791 26.0 449 4.0	富士山の日献立
		牛乳					
		鶏卵 しらす あおさ		砂糖			
		油揚げ	切干大根 にんじん こんにゃく とうもろこし	砂糖	かつおだし 醤油 みりん		
		豆腐 わかめ 白みそ 赤み そ	なめこ 葉ねぎ		かつおだし		
24 (火)	米飯 牛乳 みそおでん ひじき入りおひたし キウイフルーツ			緑茶粉末	砂糖 もち粉	710 25.5 371 2.1	体を温める料理を 食べよう 「みそおでん」
		牛乳					
		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		
		いか ひじき	小松菜 にんじん キャベツ		かつおだし 醤油		
			キウイフルーツ				
25 (水)	麦入り米飯(5%) 牛乳 ポークカレー 野菜サラダ ヨーグルト			麦ご飯		902 32.1 448 2.8	給食で人気の献立 「ポークカレー」
		牛乳					
		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 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 カレールウ 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		
		ハム	キャベツ きゅうり 枝豆 どうもろ こし		和風乳化ごまだれッディング		
		ヨーグルト	いちご果汁				
26 (木)	中華めん 牛乳 八宝めん 揚げぎょうざ 杏仁かん アーモンド入り味付煮干し			中華めん		883 39.7 409 2.5	中華料理を味わおう
		牛乳					
		豚肉 えび いか うずら卵	生姜 にんにく 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		
		豚肉	キャベツ たまねぎ	大豆油 小麦粉			
		杏仁寒天	黄桃缶 みかん缶 バインアップ ル缶				
27 (金)	米飯 牛乳 炒り鶏 おひたし さんまの生姜煮			アーモンド入り味付煮干し		733 29.1 329 1.7	魚を食べよう 「さんまの生姜煮」
		牛乳					
		鶏肉	ごぼう こんにゃく にんじん れん こん	大豆油 里芋 砂糖 ごま	酒 みりん 醤油		
		油揚げ わかめ	ほうれん草 キャベツ		醤油 かつおだし		
		さんま	生姜	砂糖	醤油		

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。

※