



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			
		園	園	園 体をつくる	園 体の調子を整える	園 体を動かすエネルギーになる	
3	月	ごはん	牛乳	おとしこし	ちくわ 油揚げ	大根 にんじん れんこん こんにゃく	さといも さとう
				いわしの梅煮	いわし	うめ	さとう
				もやしゆかり和え		もやし ゆかり粉	
				節分豆	節分豆		
4	火	麦ごはん	牛乳	吉野汁	豆腐 かまぼこ 鶏肉	はくさい にんじん	じゃがいも 小麦粉
				豚肉とれんこんの 甘辛炒め焼き	豚肉	れんこん エリンギ にんじん にんにく	さとう ごま油
				のり佃煮	のり佃煮		
5	水	ミルク ロールパン	牛乳	チキンピーンズ	大豆 鶏肉	たまねぎ にんじん マッシュルーム グリーンピース トマト	さとう
				ココロポテトサラダ	ポークウインナー	たまねぎ とうもろこし にんじん	じゃがいも オリーブ油 さとう
6	木	麦ごはん	牛乳	すきやき	牛肉 焼き豆腐 角ふ	はくさい こんにゃく ねぎ にんじん エリンギ	さとう
				厚焼き卵のおろしだれかけ	たまご	だいこん	さとう 小麦粉
				ブルー	ブルー	ブルー	
7	金	ごはん	牛乳	豆腐汁	豆腐 鶏肉 油揚げ	こんにゃく にんじん ねぎ	さといも
				まぐろカツ	まぐろ		パン粉 小麦粉 米油
				鶏肉のからあげ	鶏肉		でん粉 米油
				切り干し大根の さっぱり漬け		にんじん 切り干し大根 レモン	さとう ごま油
				抹茶大福			抹茶大福
お米のタルト			お米のタルト				
10	月	麦ごはん	牛乳	高野豆腐の卵とじ	卵 鶏肉 かまぼこ 高野豆腐	たまねぎ にんじん さやいんげん	じゃがいも さとう
				ほうれんそうの和えもの	まぐろ油漬け ひじき 油あげ	ほうれん草 もやし にんじん	さとう
				ココアパウダー			ココアパウダー
12	水	サンド イッチ ロールパン	牛乳	ドライカレー	豚肉 牛肉 大豆	たまねぎ にんじん マッシュルーム とうもろこし ビーマン りんご トマト にんにく	カレールー 米油
				ブロッコリーサラダ	鶏肉	ブロッコリー きゅうり キャベツ にんじん	さとう サラダ油
				ネーブルオレンジ		ネーブルオレンジ	
13	木	中華めん	牛乳	五目ラーメン	うずら卵 鶏肉 なると くきわかめ	キャベツ たけのこ にんじん とうもろこし しょうが	でん粉
				ショーロンポー (3個)	豚肉	たまねぎ キャベツ	小麦粉
				野菜ゼリー		野菜ゼリー	
14	金	わかめ ごはん	牛乳	スキー汁	豆腐 豚肉 みそ	大根 ごぼう こんにゃく にんじん ねぎ	さつまいも
				ピリ辛大豆	大豆 鶏肉	たまねぎ にんじん 枝豆 しょうが	さとう ごま油
17	月	玄米ごはん	牛乳	えがおのハヤシシチュー	豚肉	たまねぎ にんじん マッシュルーム にんにく トマト	じゃがいも ハヤシルウ さとう
				根菜サラダ	まぐろ油漬け	ごぼう れんこん きゅうり とうもろこし にんじん	白ごま さとう ごま油
				オレンジ		オレンジ	
18	火	麦ごはん	牛乳	ワントンスープ	鶏肉	にんじん もやし チンゲンサイ はくさい	ワントン
				チャブチェ	豚肉	たけのこ 小松菜 にんじん しょうが にんにく	はるさめ 白ごま さとう ごま油
				野菜マフィン			野菜マフィン
19	水	ごはん	牛乳	豚汁	豆腐 豚肉 みそ	大根 にんじん ねぎ	さといも
				まぐろの甘辛煮	まぐろ油漬け	しょうが	さとう 米油
				キャベツのたくあん和え		キャベツ たくあん漬け	
				手巻きのり	のり		
20	木	あいちの 米粉パン	牛乳	ポトフ	鶏肉	キャベツ たまねぎ にんじん 大根	じゃがいも
				焼きウインナー (3本)	ポークウインナー		米油
				ポイルブロッコリー		ブロッコリー	
				卓上卵なしマヨネーズ			卵なしマヨネーズ
21	金	ごはん	は つ こ う 乳	ちゃんこ鍋	鶏肉 生揚げ	たまねぎ ねぎ はくさい しらたき もやし えのきたけ にら にんにく	パン粉 さとう ごま油
				さつまいもと大豆の ごまからめ	大豆 しらす干し		さつまいも でん粉 米油 白ごま さとう
				菜の花和え	花かつお	菜花 キャベツ にんじん	さとう
25	火	麦ごはん	牛乳	マーボ豆腐	豆腐 豚肉 みそ	にんじん たけのこ ねぎ しょうが にんにく	さとう でん粉
				揚げしゅうまい (3個)	えび たら	たまねぎ	パン粉 でん粉 小麦粉 米油
				もやしのごま和え		もやし	白ごま さとう

日	曜	献立名		主な材料とその働き			
		黄	赤	赤 体をつくる	緑 体の調子を整える	青 体を動かすエネルギーになる	
26	水	ごはん	牛乳	えがおのカレーシチュー	豚肉 豆乳	たまねぎ にんじん マッシュルーム にんにく	じゃがいも カレールウ
				フルーツミックス		もも パイナップル みかん	
				アーモンド入り小魚	いわし		アーモンド さとう
27	木	ごはん	牛乳	肉じゃが	豚肉	たまねぎ こんにゃく にんじん グリーンピース	じゃがいも さとう
				さば銀紙焼き	さば みそ		さとう
28	金	麦ごはん	牛乳	さわにわん	豚肉 かまぼこ	たけのこ にんじん ごぼう 小松菜	ながいも でん粉
				ひじき入り親子そばろ	卵 鶏肉 ひじき	たまねぎ にんじん 枝豆	さとう
				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7品目（卵・乳・小麦・えび・かに・そば・落花生）を使用していない献立です（調味料を除く）。

愛知県の郷土料理



3日（月） おとしこし

春日井市の郷土料理で、大根やにんじん、さといもなど旬の食材を使った煮物です。
昔の「大みそか」である季節の変わり目の日「節分」に、健康や幸せを願って食べられています。
3日の節分には、春日井市で古くから親しまれてきた料理を味わいましょう。



新潟県の郷土料理



14日（金） スキー汁

明治時代に、スキーが伝わったときに作られ、この名前がつけました。さつまいもを入れるのが特徴で、サイコロに切った「豆腐」は雪やあられ、短冊切りの「大根」や「にんじん」はスキー板、「つきこんにゃく」はスキーのシュプール、「長ねぎ」と「ごぼう」はかんじきを表しています。
冬の寒い日に、冷えた体が温まるみそ汁です。

応募献立紹介

テーマ：愛知県でたくさんとれる野菜を使った料理
(れんこん)



4日（火）

豚肉とれんこんの甘辛炒め焼き

応募者コメント

子どもたちが苦手だったれんこんも、この味付けだとまっさきに食べ始めるほど大好物になりました。
薄く切った食材にタレがよく絡んでごはんがよくすすみます。



セレクト給食

- ◎まぐろカツ・鶏肉のからあげ
- ◎抹茶大福・お米のタルト

7日（金）は、お楽しみのセレクト給食です！

フライとデザートのご紹介です。あな何を選びましたか？

デザートは、どちらも愛知県産の食材を使用しています。抹茶大福は、西尾市産の抹茶、お米のタルトは、春日井市産のお米を使用しています。おいしさいっぱいのお米の味をいただきます。



ブロッコリー

ブロッコリーはキャベツを改良して生まれた野菜です。昭和時代の終わりごろから、よく食べられるようになりました。がん予防や老化防止をする抗酸化作用のあるビタミンCやカロテン、貧血を予防する鉄分が多い野菜です。



花のつぼみを食べています

給食では、12日（水）ブロッコリーサラダ、20日（木）ポイルブロッコリーが登場します。地元愛知県で栽培され、冬の今がおいしい旬の味をいただきます。

給食費のお知らせ

単価	月	日数	予定金額	納期限（口座振替日）
285円	1月分	1 7	4,845円	令和2年 3月 2日（月）
	2月分	1 8	5,130円	令和2年 3月 31日（火）

※口座への入金、納期限（口座振替日）の前日までをお願いします。
※給食提供日の4日前（土日等、給食を実施しない日を除く。）までに学校に休みの連絡がない場合は、給食費を請求させていただきます。