



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	2群	3群	4群	5群	6群
		魚・肉・卵・大豆など タンパク質	牛乳・小魚・海藻など 無機質	緑黄色野菜	その他の野菜・果物・きのこ ビタミン・無機質	米・パン・めん・いもなど 炭水化物	油脂・種実など 脂質
1 木	ごはん 牛乳		牛乳			米	
	豚肉とたまねぎのうま煮	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	
	宗田かつおのおかか煮	かつお				砂糖	
	もやしのゆかり和え りんごゼリー			赤しそ	もやし りんご	砂糖 砂糖	
2 金	ごはん 牛乳		牛乳			米	
	おとしこし	ちくわ 油揚げ		にんじん	大根 れんこん しょうが	さといも 砂糖 砂糖 でん粉	米油
	いわしのかば焼き	いわし				砂糖	
	白菜のたくあん和え 節分豆	大豆			はくさい 大根	砂糖	
5 月	ごはん 牛乳		牛乳			米 大麦	
	スキー汁	豆腐 豚肉 油揚げ あわせみそ		にんじん	大根 ごぼう こんにゃく ねぎ	さつまいも	
	ひじき入り親子そぼろ	鶏肉 卵	ひじき	にんじん	たまねぎ	砂糖	
	ココア牛乳のもと					砂糖	ココア
6 火	ごはん 牛乳		牛乳			米	
	えがおのカレーシチュー	豚肉 豆乳		にんじん	たまねぎ マッシュルーム にんにく	じゃがいも カレールウ	
	切り干し大根サラダ	まぐろ油漬け		にんじん	きゅうり とうもろこし 切り干し大根	砂糖	卵なしマヨネーズ
	麦ごはん 牛乳		牛乳			米 大麦	
7 水	春雨スープ	豚肉 えび		チンゲンサイ にんじん	たまねぎ たけのこ	春雨	
	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	
	いよかん				いよかん		
	サンドイッチパンズパン はっこう乳		はっこう乳			パン	
8 木	じゃがいもスープ	鶏肉	牛乳 生クリーム	にんじん パセリ	たまねぎ マッシュルーム	じゃがいも	バター
	ハンバーグのトマトソースかけ	鶏肉 豚肉		トマト	たまねぎ セロリ にんにく	砂糖 でん粉	米油
	コールスロー				キャベツ		ドレッシング
	麦ごはん 牛乳		牛乳			米 大麦	
9 金	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 でん粉	ごま油
	ハンパングーサラダ	鶏肉		にんじん	きゅうり キャベツ とうもろこし	砂糖	白ごま ごま油
	わかめごはん 牛乳		牛乳 わかめ			米	
	いもこ汁	牛肉		にんじん	ごぼう ねぎ えのきたけ しいたけ	さといも	
13 火	ちくわのお好み揚げ(3個)	ちくわ	青のり		しょうが	小麦粉 でん粉	米油
	ブロッコリーのおかか和え	花かつお		ブロッコリー		砂糖	
	プルーン				プルーン		
	ごはん 牛乳		牛乳			米	
14 水	肉だんごと白菜のスープ	豚肉 大豆		にんじん	はくさい ねぎ たまねぎ	でん粉 パン粉	
	酢鶏	鶏肉		にんじん ピーマン	たまねぎ	でん粉 砂糖	米油
	いわしの干し小魚		いわし			砂糖	
	ソフトめん 牛乳		牛乳			ソフトめん	
15 木	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 マッシュルーム グリーンピース	砂糖 トマトルウ	
	花野菜サラダ	まぐろ油漬け		ブロッコリー にんじん	きゅうり カリフラワー	砂糖	サラダ油
	麦ごはん 牛乳		牛乳			米 大麦	
	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	
16 金	さばのみそ煮	さば 豆みそ				砂糖	
	きゅうりのごまじょうゆ和え				きゅうり		白ごま ごま油
	ごはん 牛乳		牛乳			米	
	打ち豆汁	大豆 油揚げ あわせみそ		にんじん 小松菜	大根 ごぼう ねぎ	さといも	
19 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				大根	砂糖	
	手巻きのり		のり				

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 火	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	
	いわしのかんろ煮 菜の花和え	いわし		菜花	キャベツ	砂糖	
21 水	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 マッシュルーム とうもろこし いちじく にんにく	カレールー	
	マカロニサラダ ヨーグルト	ベーコン		にんじん	キャベツ きゅうり	マカロニ	ドレッシング
22 木	ごはん 牛乳		牛乳			米	
	中華海鮮うま煮	いか えび 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
	揚げしゅうまい(3個) もやしのナムル	豚肉			たまねぎ もやし	パン粉 小麦粉	米油 白ごま ごま油
26 月	ごはん 牛乳		牛乳			米	
	豚汁	豆腐 豚肉 油揚げ 豆みそ		にんじん	大根 ねぎ	じゃがいも	
	愛知のれんこん入りつくね(3個) もやしとひじきの和え物	鶏肉			れんこん たまねぎ もやし	砂糖	
	愛知のみかんゼリー		ひじき	小松菜	みかん	砂糖	
27 火	りんごパン 牛乳		牛乳		りんご	パン	
	白菜とカリフラワーのクリーム煮	鶏肉 ベーコン	牛乳 生クリーム 脱脂粉乳	にんじん	はくさい カリフラワー たまねぎ マッシュルーム	白いんげん豆 ホワイトルウ	バター
	ポテトサラダ	まぐろ油漬け		にんじん	きゅうり	じゃがいも 砂糖	卵なしマヨネーズ
28 水	麦ごはん 牛乳		牛乳			米 大麦	
	トッポギスープ	鶏肉	わかめ	にんじん	たまねぎ ねぎ とうもろこし	トッポギ	
	チャブチェ	豚肉		にんじん 黄パプリカ にら	たまねぎ にんにく	春雨 砂糖	白ごま ごま油
	バナナチップス				バナナ	砂糖	ココナッツオイル
29 木	麦ごはん 牛乳		牛乳			米 大麦	
	関東煮	うずら卵 がんもどき ちくわ	昆布	にんじん	大根 こんにゃく	さといも 砂糖	
	ソフトカレイフライの ごまだれかけ キャベツとにんじんの和え物	かれい		にんじん	キャベツ	パン粉 砂糖 でん粉 小麦粉	米油 白ごま ドレッシング

- 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)。

愛知県の郷土料理

2日(金)
おとしこし



おとしこしは、尾張地域の郷土料理の一つで、大根やにんじん、さといもなどの旬の食材を使った煮物です。節分や大みそかに食べ、「年を越す」という意味からこの名がついたといわれています。

今月の献立紹介

2日(金)
節分豆



節分の日に豆まきを行うことで、鬼を追い払い、1年の健康を願う意味が込められています。また年の数だけ豆を食べると、健康に過ごせるといわれています。

今月の献立紹介

26日(月) 愛知のれんこん入りつくね

愛知県は、れんこんの生産量が多く、愛西市や津島市などで多く栽培されています。愛知県産のれんこんが入った鶏肉のつくねです。シャキシャキした食感を味わって食べましょう。



応募献立

14日(水) 酢鶏

〈応募者コメント〉

「豚肉が普通ですが、あえてバランスの良い鶏肉を使いました。」



〈給食費のお知らせ〉

単価	月	日数	予定金額	納期限(口座振替)
285円	1月分	16日	4,560円	令和6年2月29日(木)
	2月分	19日	5,415円	令和6年4月1日(月)

※ 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。



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。

毎月19日は食育の日
~おうちでごはんの日~

