

令和7年度 2月分学校給食予定献立表 小学校 藤枝市立北部学校給食センター

日 曜日	献立名	アレルギー	使われている食品とおもな働き				エネルギー(kcal) たんぱく質(g)	ワンポイント
			体を作る食品(赤色)	体の調子を整える食品(緑色)	エネルギーのもととなる食品(黄色)	調味料		
(月)	ごはん	乳	ぎゅうにゅう		こめ		595	節分献立です。 
	きゅうにゅう	小麦 大豆	いわしのうめい	うめ	さとう みすあめ でんぶん	しょうゆ 梅酢		
	れんこんサラダ (ごまドレッシング)	小麦 ごま 大豆 ドレ (ごま)	いわし かつおふし	れんこん きゅうり にんじん	さとう ごま ごまドレッシング	酒 みりん しょうゆ		
	みだくさんじる	さば 大豆 鶏肉	とりにく なまあげ みそ	こんにゃく だいこん こまつな しめじ	さといも	かつおの素	25.0	
(火)	ふくまめ	大豆	だいす					
	ごくとうパン	小麦 乳			パン ごくとう		598	
	きゅうにゅう	乳	ぎゅうにゅう					
	ハムチーズフライ	小麦 乳 大豆 鶏肉 豚肉	ぶたにく とりにく チーズ	たまねぎ	パンこ ごむぎこ さとう しょくぶつゆ	塩		
(水)	やさいサラダ (イタリアンドレッシング)			キャベツ きゅうり とうもろこし	イタリアンドレッシング		24.2	
	ミニストローネ	小麦 大豆 鶏肉 豚肉	だいす ベーコン	たまねぎ トマト缶 にんじん セロリー バセリ	マカロニ しょくぶつゆ	チキンブイヨン 塩 コンソメの素 こしょう		
	ごはん	乳	ぎゅうにゅう		こめ			
	あつやきたまご	小麦 卵 大豆	たまご		さとう しょくぶつゆ でんぶん	酢 みりん かつおだし しょうゆ 塩	585	
(木)	もやしとこまつな あえもの	小麦 大豆 ごま	のり	もやし こまつな にんじん	ごま さとう	しょうゆ 和風だし 酢	23.1	
	かんとうに	小麦 大豆 豚肉	ぶたにく さつまあげ こんぶ	だいこん こんにゃく にんじん	じゃがいも さとう	しょうゆ 酒 和風だし		
	メロンパン	小麦 乳	ぎゅうにゅう		パン さとう	塩		
	きゅうにゅう	大豆 鶏肉	とりにく	バセリ	でんぶん さとう しょくぶつゆ	塩 ショウガ マスタード こしょう オレガノ	641	
(金)	チキンのハーブやき				マカロニサラダ (マヨネーズドレッシング)	マカロニ マヨネーズドレッシング	25.6	
	マカロニサラダ (マヨネーズドレッシング)	小麦 ドレ (大豆)		キャベツ きゅうり とうもろこし	レタス たまねぎ チンゲンサイ にんじん ほししいだけ	でんぶん		
	レタスとにくだんこのスープ	小麦 大豆 鶏肉 豚肉	にくだんご	レタス たまねぎ チンゲンサイ にんじん ほししいだけ	チキンブイヨン しょうゆ コンソメの素 塩 こしょう			
	ごはん	乳	ぎゅうにゅう		こめ			
(土)	わかどりとレバーの チリソースあえ	小麦 大豆 鶏肉 豚肉 りんご	とりにく とりレバー	たまねぎ しょうが にんにく	しょくぶつゆ でんぶん さとう	ケチャップ チリソース スープストック	600	レバーは鉄 分をたくさん 含んでいます。
	ナムル	小麦 ごま 大豆		もやし ほうれんそう	ごま ごまあぶら	しょうゆ		
	ワンタンスープ	小麦 大豆 鶏肉 豚肉	ぶたにく	たまねぎ にんじん はねぎ しょうが	ワンタンの皮	チキンブイヨン しょうゆ コンソメの素 酒 塩	24.6	
	わかめごはん	乳	ぎゅうにゅう		こめ さとう	塩	595	
(月)	にくだんこの あますあんかけ	小麦 大豆 鶏肉 豚肉 りんご	ぶたにく とりにく	たまねぎ	パンこ でんぶん さとう しょくぶつゆ	しょうゆ 酢 塩	23.3	
	ビーフンソテー	小麦 大豆 鶏肉 豚肉	ベーコン	キャベツ もやし ビーマン	ビーフン しょくぶつゆ	コンソメの素 しょうゆ 塩 こしょう		
	ちゅうかふうコーンスープ	小麦 卵 ごま 大豆 鶏肉 豚肉	たまご とりにく	たまねぎ とうもろこし にんじん チンゲンサイ	でんぶん	チキンブイヨン しょうゆ 酒 中華スープ 塩		
	ちゅうかめん	小麦 乳	ぎゅうにゅう		めん			
(火)	きゅうにゅう	小麦 ごま 大豆 鶏肉 豚肉	ぶたにく なると わかめ	キャベツ とうもろこし にんじん メンマ ねぶかねぎ にんにく しょうが		みそラーメンスープの素 チキンブイヨン 中華スープ	632	西益津中学校の授業作 成献立です。
	はるまき	小麦 大豆 豚肉	ぶたにく	キャベツ にんじん たまねぎ しょうが	しょくぶつゆ こむぎこ みすあめ でんぶん はるまき さとう	しょうゆ 塩		
	かふうあえ	小麦 大豆 ごま		もやし ほうれんそう にんじん	はるまき さとう ごま ごまあぶら	しょうゆ 酢	24.7	
	ごはん	乳	ぎゅうにゅう		こめ			
(木)	くろはんべんフライ	小麦 さば 大豆	くろはんべん				618	高洲南小学校のリクエスト献立です。
	ふじえだあえ							
	かきたまじる	小麦 卵 さば 大豆 鶏肉	たまご とりにく かまぼこ	キャベツ きゅうり しそ				
	ヨーグルト	乳	ヨーグルト					
(金)	ごはん	乳	ぎゅうにゅう		こめ		587	
	さばのカレー やき	小麦 さば 大豆	さば		しょくぶつゆ	しょうゆ みりん カレーこ		
	ごまあえ	小麦 ごま 大豆		キャベツ ほうれんそう	さとう ごま	しょうゆ		
	どんじる	さば 大豆 豚肉	ぶたにく とうふ あぶらあげ みそ	にんじん はくさい ごぼう しょうが	じゃがいも	かつおの素	28.8	
(月)	ごはん	乳	ぎゅうにゅう		こめ		587	
	きゅうりとだいこんの ひたひた	小麦 ごま 大豆	かつおぶし	だいこん きゅうり	さとう ごまあぶら	しょうゆ 醋 一味どうがらし		
	はくさいのうまい	小麦 ごま 大豆 鶏肉 豚肉	ぶたにく なまあげ	はくさい チンゲンサイ にんじん たけのこ しょうが	さとう はるさめ ごまあぶら	しょうゆ オイスター ソース 酒 スープストック 塩 こしょう	26.1	
	はくさいのうまい	小麦 ごま 大豆 鶏肉 豚肉	ぶたにく なまあげ					
(火)	リンゴチップパン	小麦 乳 りんご	りんご	りんご	パン		593	高洲南小学校のリクエスト献立です。
	きゅうにゅう	小麦 大豆	ぎゅうにゅう					
	しろみざかなのマリネ	小麦 大豆	すけとうたら	たまねぎ ハブリカ	しょくぶつゆ さとう でんぶん	しょうゆ 醋		
	チンゲンサイのソテー	鶏肉 豚肉	ベーコン	キャベツ チンゲンサイ にんじん とうもろこし	しょくぶつゆ	コンソメの素 塩 こしょう	26.8	
(月)	はるさめスープ	小麦 大豆 鶏肉 豚肉	ぶたにく	ほうれんそう たまねぎ ほししいだけ しょうが	はるさめ	しょうゆ コンソメの素 酒 塩 こしょう		
	チーズ	乳	チーズ					

○藤枝市では、国のアレルギー表示基準に基づき、下記の食品を『アレルギー』欄に記載します。

えび かにくるみ 小麦 そば 卵 乳 落花生 アーモンド あわび いか いくら オレンジ カシューナッツ キウイフルーツ 牛肉 ごま さけ さば 大豆 鶏肉 バナナ 豚肉 マカダミアナッツ もも やまいも りんご ゼラチン

※材料購入の都合などにより献立を変更することがあります。

令和7年度

2月分学校給食予定献立表

小学校

藤枝市立北部学校給食センター

日曜日	献立名	アレルギー	使われている食品とおもな働き				エネルギー(kcal) たんぱく質(g)	ワンポイント
			体を作る食品 (赤色)	体の調子を整える食品 (緑色)	エネルギーの もととなる食品 (黄色)	調味料		
18 (水)	ごはん きゅうにゅう とりそぼろ そくせきつけ すまじる	乳 小麦 卵 大豆 鶏肉 小麦 大豆 小麦 さば 大豆	ぎゅうにゅう とりにく たまご 塩こんぶ とうふ かまぼこ	グリンピース しょうが キャベツ きゅうり だいこん ほうれんそう にんじん えのきだけ	さとう しょくぶつゆ しょうゆ 酒	こめ こめ こめ こめ	585 25.4	鶏そぼろを ご飯にのせて 食べましょう。
	ごはん きゅうにゅう ちくわのいそべあげ きんひらこぼう けんちんじる	乳 小麦 小麦 ごま 大豆 豚肉 小麦 さば 大豆 鶏肉	ぎゅうにゅう ちくわ あおのり ぶたにく さつまあげ とうふ とりにく あぶらあけ	こぼう こんにゃく にんじん さやいんげん だいこん こまつな しめじ	さとう ごま しょくぶつゆ こまあがら しょうゆ みりん 一味どうがらし	こめ こめ こめ こめ	597 26.8	
	ごはん きゅうにゅう かつおフライ ひじきのために みぞれじる	乳 小麦 小麦 大豆 小麦 さば 大豆 鶏肉	ぎゅうにゅう かつお だいす ちくわ あぶらあけ ひじき とりにく	パンこ ごむぎこ しょくぶつゆ にんじん さやいんげん だいこん チンゲンサイ たまねぎ ほししいたけ しょうが	パン こめこ さとう しょくぶつゆ さとう しょくぶつゆ パン こめこ	こめ こめ こめ こめ	604 29.1	ふじっぴー 給食にもなっている 広幡中学校の授業作成 献立です。
	こめこパン きゅうにゅう ハンバーグオニオンソース キャベツサラダ チングンサイのクリームに	小麦 乳 小麦 大豆 小麦 大豆 小麦 乳 大豆 鶏肉 豚肉	ぎゅうにゅう とりにく ぶたにく キャベツ こまつな ぎゅうにゅう とりにく チーズ	たまねぎ にんにく しょうが トマト さとう しょくぶつゆ さとう しょくぶつゆ たまねぎ チンゲンサイ にんじん とうもろこし	さとう しょくぶつゆ さとう しょくぶつゆ しょくぶつゆ ベシャメルソース チキンブイヨン コンソメの素 塩 こしょう	パン こめこ さとう しょくぶつゆ さとう しょくぶつゆ パン こめこ	630 27.5	
(水)	ごはん きゅうにゅう チキンカレー だいすとにぼしのあげに プロッコリーいりおひたし	乳 小麦 乳 大豆 鶏肉 豚肉 りんご 小麦 ごま 大豆 小麦 大豆	ぎゅうにゅう とりにく チーズ だいす かたくちいわし かつおぶし	たまねぎ にんじん セロリー でんぶん さとう しゃかいも しょくぶつゆ キャベツ プロッコリー	カレールウ チキンブイヨン ソース アップルソース チャツネ ケチャップ コンソメの素 こしょう でんぶん さとう しゃかいも しょくぶつゆ ごま さとう しゃかいも しょくぶつゆ さとう	こめ こめ こめ こめ	639 26.6	ブロッコリーは冬が旬の食べ物です。
	ごはん きゅうにゅう ぶたにくのしょうがいため あさづけ いもだんごじる	乳 小麦 大豆 豚肉 大豆 ごま さば 大豆 鶏肉	ぎゅうにゅう ぶたにく キャベツ きゅうり たくあん はくさい にんじん しめじ はねぎ みそ	たまねぎ チンゲンサイ しょうが にんにく キャベツ さとう はくさい にんじん しめじ はねぎ しょくぶつゆ	さとう でんぶん しゃかいも しょくぶつゆ ごま じゅがいもだんご さとう しゃかいもだんご	こめ こめ こめ こめ	596 28.1	
	うどん きゅうにゅう にくうどんつゆ フィッシュナゲット こまつなじめじの レモンす	小麦 乳 小麦 さば 大豆 豚肉 小麦 大豆 豚肉 小麦 大豆	ぎゅうにゅう ぶたにく かまぼこ あぶらあけ あじ イトヨリダイ タラ キントキダイ グチ ハタ こまつな しめじ レモン果汁	めん でんぶん しゃかいも かつおの素 みりん こんぶだし 塩 しょくぶつゆ さとう でんぶん ごむぎこ こまつな しめじ レモン果汁	しゃかいも かつおの素 みりん こんぶだし 塩 さとう しょくぶつゆ さとう しょくぶつゆ しゃかいも しょくぶつゆ しゃかいも しょくぶつゆ	こめ こめ こめ こめ	600 29.8	
	地産地消 (地元でとれた野菜などの食べ物を地元で消費すること)							

地産地消



(地元でとれた野菜などの食べ物を地元で消費すること)

塞さをしのぐために、
ビニールをかぶせて栽培します。

藤枝産のレタスが登場します！

藤枝市では、冬場にレタスがたくさん作られています。
もともとは、お米を作った後の田んぼに野菜などを育てる二毛作が始まりとされています。今では、お米の後だけでなく、夏野菜の後にも作られています。

藤枝市のレタスは、葉が厚く、シャキシャキとした食感が特徴です。今月は、レタスと肉団子のスープとして給食に登場します。



昨年の11月に植えたレタスがだんだん大きくなっています！
(撮影：1月13日)

新鮮なレタスをお届けします！
ぜひ食べてくださいね！



ビニールの中には、新鮮なレタスがたくさんつまっています。



(レタスを栽培している望月さん)