

令和7年度

## 2月分学校給食予定献立表

小学校

藤枝市立西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			
2 (月)	ごはん	乳	ぎゅうにゅう		こめ		600	レバーは鉄分をたくさん含んでいます。	
	きゅうにゅうにゅう わかれりとレバーの 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			
	ナムル	小麦 ごま 大豆		もやし ほうれんそう	こま ごまあぶら	しょうゆ	24.6		
	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			
3 (火)	ごはん	乳	ぎゅうにゅう		こめ		595	節分献立です。 	
	きゅうにゅうのうめに れんこんサフラン (ごまドレッシング)	小麦 大豆	いわし かつおぶし	うめ	さとう みすあめ でんぶん	しょうゆ 梅酢			
	れんこんサフラン (ごまドレッシング)	小麦 ごま 大豆 トレ (ごま)		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	25.0		
	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			
4 (水)	ごはん	大豆	だいす		こめ		639	ブロッコリーは冬が旬の食べ物です。	
	きゅうにゅう チキンカレー	小麦 乳 大豆 鶏肉 豚肉 りんご	とりにく チーズ	たまねぎ にんじん セロリー にんにく	じゃがいも しょくぶつゆ	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			
	だいすとにぼしのあげに	小麦 ごま 大豆	だいす かたくちいわし		でんぶん さとう しょくぶつゆ ごま	しょうゆ みりん	26.6		
	ブロッコリーいりおひたし	小麦 大豆	かつおぶし	キャベツ ブロッコリー	さとう	しょうゆ			
5 (木)	ごはん	乳	ぎゅうにゅう		こめ		585	鶏そぼろをご飯にのせて食べましょう。	
	きゅうにゅう とりそぼろ	小麦 卵 大豆 鶏肉	とりにく たまご	グリンピース しょうが	さとう しょくぶつゆ	しょうゆ 酒			
	そくせきつけ	小麦 大豆	塩こんぶ	キャベツ きゅうり			25.4		
	すましる	小麦 さば 大豆	とうふ かまぼこ	だいこん ほうれんそう にんじん えのきだけ		しょうゆ かつおの素 塩			
6 (金)	ごくとうパン	小麦 乳			パン ごくとう		598	白菜のうま煮にはたくさん野菜を使っています。	
	きゅうにゅう 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 こむぎこ さとう しょくぶつゆ	パン			
	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		
	ミネストローネ	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	チキンブイヨン 塩 コンソメの素 こしょう			
9 (月)	ごはん	乳	ぎゅうにゅう		こめ		587	白菜のうま煮にはたくさん野菜を使っています。	
	きゅうにゅう ポークしゅうまい	小麦 大豆 鶏肉 豚肉	ぶたにく とりにく たら	たまねぎ	こむぎこ でんぶん さとう	しょうゆ 塩			
	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 酢 一味どうがらし	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	はくさい チンゲンサイ にんじん だけのこ しょうが	さとう はるさめ でんぶん ごまあぶら	はるさめ オイスターソース 酒 スープストック 塩 こしょう			
10 (火)	ごはん	乳	ぎゅうにゅう		こめ		597		
	ちくわのいそべあげ	小麦	ちくわ あおのり		こむぎこ しょくぶつゆ でんぶん				
	きんひらごぼう	小麦 ごま 大豆 豚肉	ぶたにく さつまあげ	こぼう こんにゃく にんじん さやいんげん	さとう ごま しょくぶつゆ こまあぶら	しょうゆ みりん 一味どうがらし	26.8		
	けんちんじる	小麦 さば 大豆 鶏肉	とうふ とりにく あぶらあけ	だいこん こまつな しめじ		しょうゆ かつおの素 塩			
12 (木)	わかめごはん	乳	わかめ		こめ さとう	塩	595	西益津中学校の授業作成献立です。	
	きゅうにゅう にくだんこの あますあんかけ	小麦 大豆 鶏肉 豚肉	ぎゅうにゅう 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			
	ピーフンソテー	小麦 大豆 鶏肉 豚肉	ベーコン	キャベツ もやし ピーマン	ピーフン しょくぶつゆ	コンソメの素 しょうゆ 塩 こしょう	23.3		
	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 チングンサイ	でんぶん	チキンブイヨン しょうゆ 酒 中華スープ 塩			
13 (金)	ちゅうかめん	小麦			めん		632		
	きゅうにゅう みそラーメンスープ	小麦 ごま 大豆 鶏肉 豚肉	ぎゅうにゅう 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			
	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 はるさめ さとう	しょうゆ 塩	24.7		
	かふうあえ	小麦 大豆 ごま		もやし ほうれんそう にんじん	はるさめ さとう ごま ごまあぶら	はるさめ さとう ごま しょうゆ 酢			
16 (月)	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	28.8		
	とんじる	さば 大豆 豚肉	ぶたにく とうふ あぶらあけ みそ	にんじん はくさい こぼう しょうが	じゃがいも	かつおの素			
17 (火)	ごはん	乳	ぎゅうにゅう		こめ		618	高洲南小学校のリクエスト献立です。	
	きゅうにゅう くろはんべんフライ	小麦 さば 大豆	ぎゅうにゅう くろはんべん		こむぎこ パンこ でんぶん しょくぶつゆ				
	ふじえだえ			キャベツ きゅうり しそ		塩	25.7		
	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	たまねぎ ほうれんそう にんじん	でんぶん	しょうゆ 塩 かつおの素			
	ヨーグルト	乳	ヨーグルト						

○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

藤枝市立西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 もどになる食品 (黄色)	調味料		
18 (水)	メロンパン きゅうにゅう	小麦 乳 乳	ぎゅうにゅう			パン さとう 塩	641	
	チキンのハーブやき	大豆 鶏肉	とりにく	パセリ	でんぶん さとう しょくぶつゆ	塩 しょうゆ マスター こしょう オレガノ		
	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	マカロニ マヨネーズドレッシング		25.6	
19 (木)	レタスとにくだんごのスープ	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 ほししいたけ	でんぶん	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 きゅうにゅう	乳	ぎゅうにゅう		こめ		604	心じっぴー 給食にも なっている 広幡中学校 の授業作成 献立です。
	かつおフライ	小麦	かつお		パンこ こむぎこ しょくぶつゆ	塩 こしょう		
20 (金)	ひじきのいために みぞれじる	小麦 大豆 さば 大豆 鶏肉	だいす ちくわ あぶらあげ ひじき とりにく	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	さとう しょくぶつゆ	しょうゆ みりん 和風だし	29.1	
	こめごパン きゅうにゅう	小麦 乳	ぎゅうにゅう		パン こめこ			
	ハンバーグオニオンソース	小麦 大豆 鶏肉 豚肉	とりにく ふたにく	たまねぎ にんにく しょうが トマト	さとう しょくぶつゆ でんぶん	塩 しょうゆ みりん	630	
24 (火)	キャベツサラダ チングンサイのクリームに	小麦 大豆		キャベツ こまつな	さとう しょくぶつゆ	しょうゆ 酢	27.5	
	ごはん きゅうにゅう	乳	ぎゅうにゅう	たまねぎ チングンサイ にんじん とうもろこし	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		
	ふたにくのしょうがいため あさづけ いもだんごじる	小麦 大豆 豚肉 大豆 ごま	ふたにく とりにく あぶらあげ みそ	たまねぎ チングンサイ にんじん ほししいたけ にんにく キャベツ きゅうり たくあん	さとう でんぶん しょくぶつゆ	しょうゆ 酒	596	
25 (水)	うどん きゅうにゅう	小麦 乳	ぎゅうにゅう		めん		600	
	にくうどんつゆ	小麦 さば 大豆 豚肉	ふたにく かまぼこ あぶらあげ	たまねぎ にんじん ねぶかねぎ ほししいたけ	でんぶん	しょうゆ かつおの素 みりん こんぶだし 塩		
	フィッシュナゲット こまつなしめじの レモンす	小麦 大豆 豚肉	あじ イトヨリダイ タラ キントキダイ クチ ハタ	たまねぎ	しょくぶつゆ さとう でんぶん こむぎこ	塩 しょうゆ	29.8	
26 (木)	ごはん きゅうにゅう	小麦 乳	ぎゅうにゅう		こまつな しめじ レモン果汁			585
	あつやきたまご	小麦 卵 大豆	たまご					
	もやしとこまつな のあえもの	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	
27 (金)	かんとうに	小麦 大豆 豚肉	ふたにく 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		593
	リンゴチップパン きゅうにゅう	小麦 乳 りんご 乳	ぎゅうにゅう	りんご	パン		高洲南小学校のリクエスト献立です。	
	しろみさかなのマリネ チングンサイのソテー	小麦 大豆 鶏肉 豚肉	すけどうたら ベーコン	たまねぎ ハブリカ キャベツ チングンサイ にんじん とうもろこし	しょくぶつゆ さとう でんぶん	しょうゆ 酢		26.8
	はるさめスープ チーズ	小麦 大豆 鶏肉 豚肉 乳	ふたにく チーズ	ほうれんそう たまねぎ ほししいたけ しょうが	はるさめ	しょうゆ コンソメの素 酒 塩 こしょう		

## 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)寒さをしのぐために、  
ビニールをかぶせて栽培します。

去年の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)