



2月分 学校給食予定献立表



令和6年度

厚木市北部学校給食センター Bコース

日・曜	献立名	主に体をつくる もとになる		主にエネルギーの もとになる	主に体の調子を整える もとになる	栄養価 (エネルギー たんぱく質 脂質 食塩相当量)
		たんぱく質	無機質	炭水化物	脂肪	
☆ 3・ 月	ごはん 牛乳 親子煮 磯香和え ぼんかん	牛乳 鶏肉 たまご のり かつお節		米 油 砂糖 ジャがいも		739 kcal 29.0 g 20.3 g 1.6 g
☆ 4・ 火	厚木のかてめし 牛乳 豚肉のみそ漬けフライ お祝いすまし汁 パクパク和え 70周年お祝いデザート	油揚げ 牛乳 豚肉のみそ漬けフライ なると 豆腐 ソナ	米 麦 油 砂糖		にんじん 干しいたけ 切干大根	805 kcal 26.4 g 32.0 g 2.9 g
☆ 5・ 水	麦入りごはん 牛乳 ソナ 高野豆腐 ツナそぼろ丼の具 鶏ごぼう汁 ぶどう豆	牛乳 ソナ 高野豆腐 鶏肉 みそ 生揚げ 大豆		米 麦		806 kcal 34.6 g 27.5 g 2.3 g
☆ 6・ 木	ソフトフランスパン 牛乳 かぶのクリームシチュー 焼きナゲット(2こ) ビーンズサラダ	牛乳 鶏肉 スキムミルク クリーム ナゲット ハム 大豆 いんげん豆		パン		744 kcal 34.8 g 30.7 g 3.7 g
☆ 7・ 金	ごはん 牛乳 ほっけの竜田揚げ いもち汁 茎わかめのきんぴら	牛乳 ほっけの竜田揚げ 鶏肉 豚肉 さつま揚げ 茎わかめ		米		728 kcal 32.0 g 19.8 g 2.1 g
☆ 10・ 月	ごはん 牛乳 ブルコギ わかめスープ いよかん	牛乳 豚肉 みそ 鶏肉 豆腐 わかめ		米		710 kcal 32.9 g 19.9 g 2.2 g
☆ 12・ 水	ごはん 牛乳 かつおとさつまいものごまだれ けんちん汁 さっぱり和え	牛乳 かつお 豆腐 かつお節		米		712 kcal 26.0 g 18.6 g 2.3 g
☆ 13・ 木	麦入りごはん 牛乳 ハヤシライス 青菜とコーンのソテー 米粉のチョコブラウニー	牛乳 豚肉 ハム 豆乳		米 麦		849 kcal 28.4 g 24.7 g 2.6 g
☆ 14・ 金	ごはん 牛乳 白身魚の香揚げ 五目スープ 切干大根のピリ辛	牛乳 メルーサ 鶏肉 なると 豚肉		米		710 kcal 28.1 g 18.3 g 2.5 g
17・ 月	麦入りごはん 牛乳 ねぎ塩豚丼の具 青菜と卵のスープ お魚さつま揚げ	牛乳 豚肉 鶏肉 たまご お魚さつま揚げ		米 麦		756 kcal 33.3 g 24.9 g 2.4 g
☆ 18・ 火	ごはん 牛乳 赤魚の照り焼き 沢煮わん ひじきの煮物	牛乳 赤魚 豚肉 油揚げ ひじき ちくわ		米		701 kcal 33.9 g 18.5 g 2.8 g
☆ 19・ 水	麦入りごはん 牛乳 厚揚げのルーローハン 春雨スープ はちみつレモンゼリー	牛乳 豚肉 生揚げ ハム		米 麦		785 kcal 25.8 g 18.1 g 2.1 g

日・曜	献立名	主に体をつくる もとになる		主にエネルギーの もとになる	主に体の調子を整える もとになる	栄養価 (エネルギー たんぱく質 脂質 食塩相当量)
		たんぱく質	無機質	炭水化物	脂肪	
☆ 20・ 木	ロールパン 牛乳 まぐろのインド風煮 フレッシュサラダ ヨーグルト			パン		728 kcal 28.9 g 25.9 g 2.6 g
☆ 21・ 金	ごはん 牛乳 豆腐ハンバーグ みそ汁 きんぴら	牛乳 豆腐ハンバーグ 煮干し 油揚げ みそ きんぴら		米		706 kcal 27.6 g 17.8 g 3.3 g
☆ 25・ 火	ゆでめん 牛乳 肉なんばんうどん ちくわの磯辺揚げ(2こ) ブロッコリーのおかか和え	牛乳 豚肉 油揚げ ちくわ 青のり かつお節		米		769 kcal 37.2 g 22.5 g 3.6 g
☆ 26・ 水	ごはん 牛乳 すき焼き 厚焼きたまご 大豆とじゃこの炒り煮	牛乳 豚肉 豆腐 厚焼きたまご 大豆 ちりめんじゃこ		米		831 kcal 36.9 g 29.0 g 2.8 g
☆ 27・ 木	ごはん 牛乳 酢豚 ワンタンスープ りんご	牛乳 豚肉 おから 鶏肉 なると		米		775 kcal 29.3 g 22.1 g 2.3 g
28・ 金	ごはん 牛乳 さばの塩こうじカレー焼き だまこ汁 せりのごま和え	牛乳 さば 鶏肉		米		767 kcal 27.8 g 26.0 g 2.0 g
栄養所要量の基準						
		エネルギー		たんぱく質		830 kcal
		脂質		食塩相当量		27.0～41.5g 18.4～27.7g 2.5g未満

- ※ 食材等により献立を変更する場合がありますので、ご了承ください。
- ※ 各学校で学校行事等により給食を実施しない日がありますので、各学校の行事予定をご確認ください。
- ※ 掲載されている物以外の調味料等も使用しています。
- ※ 栄養価の算出は食品成分表(8訂)を使用しています。
- ※ ☆印は、パクパクあつぎ産デューです。太字の献立に、厚木市内で収穫された地場野菜を使用します。



未来へ一歩つながる あつぎ 70 年

厚木市は、2月1日に市制70周年を迎えます。給食も70周年記念にちなんで、厚木の郷土料理をとり入れたお祝い献立や、厚木市と友好都市を結んでいる地域の料理を提供します。

市制70周年記念日のお祝い献立

2月3日 厚木の郷土料理をとり入れたお祝い献立

「厚木のかてめし、牛乳、豚肉のみそ漬けフライ、お祝いすまし汁、パクパク和え、70周年お祝いデザート」かてめしは、お祭りや人寄せの時に食べられていた酢豚の混ぜご飯です。昔から親しまれている厚木名産の豚肉のみそ漬けは、パン粉をつけてフライにします。70周年のお祝いデザートは、乳・卵・小麦不使用の豆乳プリンタルトです。厚木市内の小・中学校で同じお祝いのデザートが出ます。

友好都市の献立

2月7日 北海道の網走市にちなんだ献立「ごはん、牛乳、ほっけの竜田揚げ、いもち汁、茎わかめのきんぴら」
2月10日 韓国の軍浦市にちなんだ献立「ごはん、牛乳、ブルコギ、わかめスープ、いよかん」
2月28日 秋田県の横手市にちなんだ献立「ごはん、牛乳、さばの塩こうじカレー焼き、だまこ汁、せりのごま和え」

☆給食に関する届出について☆

- 給食を停止する場合…病気やケガ等で連続して6日以上学校を休む場合は『学校給食申込変更届出書』(学校、市HPで入手可)に停止期間等をご記入の上、提出してください。
- 給食を再開する場合/喫食内容を変更する場合…再開時期や変更内容等を学校にご相談の上、『学校給食申込変更届出書』を提出してください。
- ※食材の調達、停止に平日中4日が必要となりますので、速やかに手続きを行ってください。

