



1月分 学校給食予定献立表



令和7年度

厚木市北部学校給食センター アコース
厚木市立厚木第二小学校

日・曜	献立名	あかの食品	きいろの食品	みどりの食品	栄養価 エネルギー たんぱく質 脂質 食塩相当量
		おもに体をつくる	おもに熱や力のもとになる	おもに体の調子を整える	
☆ 13・ 火	ハードめん ぎゅうにゅう スパゲティボロネーゼ ビーンズサラダ もも(かんづめ)	めん ぶたにく ぎゅうにく だいず ハム だいず しらいんげんまめ	めん あぶら こむぎこ さとう あぶら さとう	にんにく たまねぎ セロリー にんじん エリンギ パセリ にんじん きゅうり えだまめ もも	666 kcal 30.8 g 17.7 g 1.8 g
☆ 14・ 水	ごはん ぎゅうにゅう あかうおのてりやき あつぎふうぞうに になます	ごはん ぎゅうにゅう あかうお とりにく あおのり かつおぶし あぶらあげ	こめ さとう かつくりこ さいとも しらたまだんご あぶら さとう ごま	しょうが だいじん こまつな にんじん きりほしだいこん ほししいたけ しらたき	587 kcal 25.9 g 14.2 g 2.0 g
☆ 15・ 木	むぎいりごはん ぎゅうにゅう マーボー豆腐 ハンサンスー	ぎゅうにゅう ぶたにく みそ こうや豆腐、とうふ ハム	こめ むぎ あぶら さとう かつくりこ あぶら はるさめ さとう ごま	しょうが にんじん しょうが たけのこ にんじん ほししいたけ ねぎ にら にんじん もやし きゅうり	595 kcal 25.9 g 19.1 g 1.8 g
☆ 16・ 金	ごはん ぎゅうにゅう にくじゃが だいずとじゃこのいりに いよかん	ごはん ぎゅうにゅう ぶたにく だいず ちりめんじゃこ	こめ あぶら じゃがいも さとう かつくりこ あぶら ごま さとう	たまねぎ にんじん しらたき グリーンピース	649 kcal 25.5 g 19.5 g 1.5 g
☆ 19・ 月	だいずごはん ぎゅうにゅう さばのみそに いももちじる ブロッコリーのおかかあえ	だいず ぎゅうにゅう さばのみそ とりにく かつおぶし	こめ さとう きとう いももちだんご あぶら	しょうが ごぼう にんじん ほししいたけ ねぎ ほうれんそう ブロッコリー	625 kcal 27.9 g 24.7 g 2.8 g
☆ 20・ 火	くろコッペパン のむヨーグルト ハーブチキン やさしいスープ コーンポタージュ	のむヨーグルト とりにく ペーコン コーンポタージュ	パン にんにく にんじん たまねぎ キャベツ とうもろこし		570 kcal 23.4 g 17.5 g 2.4 g
☆ 21・ 水	ごはん ぎゅうにゅう ずきやきふうに くきわかめのきんぴら ぼんかん	ごはん ぎゅうにゅう ぶたにく とうふ とりにく かつまあげ くきわかめ	こめ さとう じゃがいも さとう あぶら	こめ にんじん しらたき ねぎ にんじん こんにゃく ぼんかん	633 kcal 26.5 g 18.8 g 1.8 g
☆ 22・ 木	むぎいりごはん ぎゅうにゅう ねぎしおふたどんぐ はるさめスープ	ごはん ぎゅうにゅう ぶたにく とりにく	こめ むぎ あぶら かつくりこ はるさめ かつくりこ	しょうが にんにく たまねぎ ねぎ にんじん ほししいたけ しょうが ねぎ こまつな	567 kcal 24.2 g 15 g 1.7 g
☆ 23・ 金	ごはん ぎゅうにゅう あげどり(2こ) さつまじる のりずあえ	ごはん ぎゅうにゅう とりにく ぶたにく とうふ みそ ツナ のり	こめ かつくりこ あぶら さとう さつまじりも ごぼう にんじん ねぎ キャベツ ほうれんそう		696 kcal 27.8 g 25.7 g 1.7 g
☆ 26・ 月	むぎいりごはん ぎゅうにゅう ぎょうざ(2こ) ちゅうかふうたまごスープ やさしいため	ごはん ぎゅうにゅう ぎょうざ ペーコン とうふ たまご ぶたにく	こめ むぎ さとう かつくりこ あぶら	しょうが たまねぎ ほししいたけ こまつな にんじん にら キャベツ もやし	610 kcal 21.1 g 19.5 g 1.8 g
☆ 27・ 火	ロールパン ぎゅうにゅう しろみぎかなのブロヴァンスふう コーンポタージュ フレンチサラダ ラフランスゼリー	ロールパン ぎゅうにゅう メルルルサ ペーコン スキムミルク クリーム さとう あぶら	パン かつくりこ あぶら さとう バター あぶら こむぎこ さとう あぶら	にんにく たまねぎ トマト たまねぎ にんじん とうもろこし えだまめ キャベツ にんじん きゅうり たまねぎ ラフランスゼリー	638 kcal 26.4 g 26.1 g 2.7 g

日・曜	献立名	あかの食品	きいろの食品	みどりの食品	栄養価 エネルギー たんぱく質 脂質 食塩相当量
		おもに体をつくる	おもに熱や力のもとになる	おもに体の調子を整える	
☆ 28・ 水	むぎいりごはん ぎゅうにゅう くじらのオーロラソース けんちんじる パクパクあえ こぶくろひじきのつくだに	めん ぎゅうにゅう くじら とうふ ツナ ひじきのつくだに	こめ むぎ かつくりこ あぶら さとう あぶら さいとも あぶら さとう ごま	にんにく しょうが ごぼう にんじん だいじん ねぎ ほししいたけ こんにゃく ほうき キャベツ こまつな にんじん たまねぎ	628 kcal 26.1 g 17.9 g 2.6 g
☆ 29・ 木	ごはん ぎゅうにゅう さけのしおやき ぐだくさんみそしる きりほしだいこんのふくめに	ごはん ぎゅうにゅう さけ にぼし みそ なまあげ ぶたにく	こめ あぶら あぶら あぶら さとう		586 kcal 28.3 g 16.1 g 2.6 g
☆ 30・ 金	むぎいりごはん ぎゅうにゅう ポークカレー やさしいソテー	ごはん ぎゅうにゅう ぶたにく スキムミルク ハム	こめ むぎ あぶら じゃがいも こむぎこ あぶら	しょうが にんにく たまねぎ にんじん ピーマン キャベツ	623 kcal 24.7 g 15.4 g 1.8 g

※ 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。
※ 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、パクパクあつぎ産地です。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。



あけましておめでとうございます
1月24日～30日は、全国学校給食週間です！



あらら いちねん
新しい一年がはじまりました。
今年も元気に過ごしましょう！

1月24日～30日は、全国学校給食週間です！

日本の学校給食は、明治22年、山形県鶴岡町の私立忠愛小学校で提供されたのが始まりとされています。その後、各地に広まったものの、戦争による食料不足で中断されてしまいました。戦後、子どもたちの栄養不足を改善するため、ユニセフやアメリカの支援団体から給食用物資の寄贈を受けて、学校給食が再開されました。1月24日～30日を「全国学校給食週間」と定め、この期間を通して、学校給食の意義や役割などを知ってもらい、学校給食についてあらためて考える機会となるよう取り組みをしています。



学校給食の移り変わりをしてみよう！



明治22年	戦後(昭和20～30年代)	現在
 やまがたけんで、きゅうしよくがはじまったとされるきゅうしよく。	 しえんぶつしのだっしふんにゅうやかんづめ、こむぎこなどをつつきたきゅうしよく。	 ちいきでとれるしゆんのしよくざいをとりいれ、きょうどりゅうりやぎょうじしよく、世かいのりょうりなど、しよくいくのきょうざいとなるきゅうしよく。

☆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。

☆学校給食用食材について☆



産地(予定)



放射性物質の測定結果