



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 A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 ピーツサラダ ももかんづめ	めん ぎゅうにゅう ぶたにく ぎゅうにく だいす ハム だいす しろいんげんまめ	あぶら こむぎこ さとう あぶら さとう もも	にんにく たまねぎ セロリー にんじん エリギ バセリ にんじん きゅうり えだまめ	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 になります	ごめ ぎゅうにゅう あかうお とりにく あおのり かつおぶし	さとう かたくりこ さといも しらたまだんご あぶらあげ	しょうが にんじん こまつな あぶら さとう ごま	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 マーボーどうふ パンサンレー	ごめ ぎゅうにゅう ぶたにく ハム	あぶら さとう かたくりこ あぶら はるさめ さとう にんじん もやし きゅうり	しょうが たけのこ にんじん ほししいたけ ねぎ	595 kcal 25.9 g 19.1 g 1.8 g
☆ 16 ・ 金	ごはん ぎゅうにゅう にくじやか 金 いよかん	ごめ ぎゅうにゅう ぶたにく だいす じめんじやこ	あぶら じゃがいも さとう かたくりこ あぶら こま 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	だいすごはん ぎゅうにゅう さばのめそに いももちじる プロコリーのおかかえ	ごめ ぎゅうにゅう さば みそ とりにく	だいす さとう いももちだんご	にんじん ほししいたけ ねぎ ほれんそう	625 kcal 27.9 g 24.7 g 2.8 g
☆ 20 ・ 火	バコッペパン のむヨーグルト ハーフキン やさいスープ コーンポテト	パン のむヨーグルト どりにく ベーコン	にんにく にんじん たまねぎ キャベツ	マーラリン じゃがいも	570 kcal 23.4 g 17.5 g 2.4 g
☆ 21 ・ 水	ごはん ぎゅうにゅう すきやきふうに くきわかめのきんぴら ほんかん	ごめ ぎゅうにゅう ぶたにく どうふ どりにく さつまあげ くきわかめ	さとう じゃがいも さとう あぶら にんじん こにゃく ほんかん	にんじん しらたき ねぎ にんじん こにゃく ほんかん	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 ねぎしおぶたんのぐ はるさめスープ	ごめ ぎゅうにゅう ぶたにく どりにく	こめ ぎゅうにゅう あぶら かたくりこ はるさめ かたくりこ	にんにく たまねぎ ねぎ にんじん ほししいたけ しょうが にんじん 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(2c) さつまじる のりずあえ	ごめ ぎゅうにゅう どりにく さつまいも ツナ のり	かたくりこ あぶら さとう ぶたにく どうふ みそ さつまいも ツナ のり	にんじん トマト ごぼう にんじん ねぎ キャベツ ほれんそう	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(2c) ちゅうかふうたまごスープ やさしいため	ごめ ぎゅうにゅう ぎょうざ べーコン とうふ たまご ぶたにく	かたくりこ かたくりこ あぶら	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 しらみさかなのプロヴァンスふう コーンポタージュ フレンチサラダ ラフランスゼリー	パン ぎゅうにゅう メリーサ ベーコン スキムミルク クリーム さとう あぶら ラフランスゼリー	にんにく 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	やまがたけんで、きゅう うしきがはじまつた とされるきゅうしき。	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	ごめ むぎ ぎゅうにゅう くじら とうふ ツナ こぶくひじきのつくだに	かたくりこ あぶら さとう あぶら さといも あぶら さとう キャベツ こまつな にんじん たまねぎ	にんにく しょうが ごぼう にんじん たいこん ねぎ ほししいたけ こんにく はくさい 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 さけしおやき ぐださんみそしる むぎいりごはん	ごめ ぎゅうにゅう さけ ぶたにく ぎゅうにゅう ぎゅうにゅう	あぶら にぼく みそ なまあげ あぶら にんじん	にんじん にんじん ねぎ ごぼう にんじん ねぎ にんじん こにゃく きりほしらこん	586 kcal 28.3 g 16.1 g 2.6 g
☆ 30 ・ 金	ごはん ぎゅうにゅう ポークカレー やさいソテー	ごめ ぎゅうにゅう ぶたにく ハム	あぶら じゅわん	こめ むぎ ぎゅうにゅう あぶら ビーマン 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。

※ 握載されている物以外の調味料等を使用しています。

※ 栄養価の算出は食品成分表(8訂)を使用しています。

※ ★印は、パクパクあつざ産でです。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



あらわい いちらん
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！

せん ごく がつ こう きゅう しょくしゅう かん
1月24日～30日は、全国学校給食週間です！

日本校給食は、明治22年、山形県鶴岡市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、各地に広まつたものの、戦争による食糧不足で中断してしまいました。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、校給食が再開されました。1月24日～30日は「全国学校給食週間」と定め、この期間を通して、校給食の意義や役割などを知ってもらい、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きます。



☆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