



2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 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	
★ 2・ 月	ごはん			米		764 kcal
	牛乳	牛乳				31.1 g
	さけのちゃんちゃん焼き	さけ みそ		バター 砂糖		19.0 g
	いももち汁	鶏肉		いももち団子		2.6 g
	ひじきと大豆の煮物	ひじき ちくわ 大豆		油 砂糖		
3・ 火	ハスカップゼリー					
	麦入りごはん			米 麦		820 kcal
	牛乳	牛乳				37.7 g
	生揚げのカレーマーボー	豚肉 みそ 大豆 生揚げ		油 かたくり粉		27.4 g
	磯華卵焼き					2.6 g
★ 4・ 水	ハンパンスー	ハム		春雨 油 砂糖 ごま		
	厚木のかてめし	油揚げ		米 麦 油 砂糖		747 kcal
	牛乳	牛乳				30.1 g
	いわしのかば焼き	いわし		かたくり粉 油 砂糖		23.7 g
	さつま汁	豚肉 みそ		さつまいも		2.9 g
★ 5・ 木	のりごま和え	のり		砂糖 ごま		
	福豆	大豆				
	ソフトフランスパン			パン		777 kcal
	牛乳	牛乳				33.7 g
	ハンバーグ	ハンバーグ				32.6 g
★ 6・ 金	ABCマカロニスープ	鶏肉		マカロニ		3.3 g
	キャベツとワインナーのソテー	ワインナーソーセージ		油		
	いちごクレープ			いちごクレープ		
	麦入りごはん			米 麦		845 kcal
	牛乳	牛乳				31.5 g
★ 9・ 月	野菜カレー	鶏肉 スキムミルク		油 小麦粉 じゃがいも		25.7 g
	ひれかつ	ひれかつ		油		2.7 g
	フレンチサラダ			油 砂糖		
	ごはん			米		783 kcal
	牛乳	牛乳				30.1 g
10・ 火	さばの南部焼き	さば		ごま		27.1 g
	だまこ汁	鶏肉		だまこもち		2.3 g
	せりのおひたし	かつお節				
	小袋納豆	納豆				
	ホットラーメン			めん		948 kcal
★ 12・ 木	牛乳	牛乳				39.6 g
	ジャージャーめん	豚肉 大豆 みそ		油 砂糖 かたくり粉		30.7 g
	鶏肉とさつまいもの甘酢がらめ	鶏肉		かたくり粉 油 さつまいも 砂糖		2.6 g
	デコボン					
	麦入りごはん			米 麦		851 kcal
★ 13・ 金	牛乳	牛乳				34.5 g
	ツナそぼろ丼の具	ツナ 高野豆腐		砂糖		30.5 g
	鶏ごぼう汁	鶏肉 みそ 生揚げ				2.7 g
	ソースつくね	ソースつくね				
	いよかん					
★ 16・ 月	ごはん			米		750 kcal
	牛乳	牛乳				26.8 g
	ヤンニョムチキン(2こ)	鶏肉		かたくり粉 油 砂糖		25.1 g
	わかめスープ	なると 豆腐 わかめ				2.7 g
	チョレギサラダ			油 砂糖 ごま		
★ 17・ 火	ごはん			米		745 kcal
	牛乳	牛乳				35.8 g
	かつおと高野豆腐のごまだれ	かつお 高野豆腐		かたくり粉 油 砂糖 ごま		20.0 g
	のっぺい汁	鶏肉 ちくわ		さといも かたくり粉		2.3 g
	さっぱり和え			砂糖		
★ 17・ 火	麦入りごはん			米 麦		766 kcal
	牛乳	牛乳				35.8 g
	炒り豆腐	豚肉 豆腐		油 じゃがいも 砂糖		21.5 g
	もやしの和え物	ハム		油 砂糖		2.2 g
	じゃこと昆布のふりかけ	ちりめんじゃこ 昆布 かつお節		砂糖 ごま		

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	
★ 18・ 水	麦入りごはん			米 麦		900 kcal
	飲むヨーグルト			飲むヨーグルト		27.7 g
	ハヤシライス	豚肉		油 砂糖 小麦粉		22.3 g
	野菜ソテー	ハム		油		2.3 g
	キャラメルポテト			さつまいも 油 バター 砂糖		
★ 19・ 木	ミルクトースト	牛乳		パン バター 砂糖		751 kcal
	牛乳	牛乳				33.4 g
	鶏肉のトマト煮	鶏肉		油 砂糖		30.9 g
	ブロッコリーのサラダ			油		2.7 g
	ごはん			米		716 kcal
★ 20・ 金	牛乳	牛乳				30.7 g
	ぶりの照り焼き	ぶり		砂糖 かたくり粉		21.5 g
	みそ汁	煮干し みそ わかめ		じゃがいも		2.9 g
	切干大根の含め煮	油揚げ		油 砂糖		
	ゆでめん			めん		704 kcal
★ 24・ 火	牛乳	牛乳				29.1 g
	田舎うどん	豚肉		かたくり粉		18.2 g
	揚げたこ焼き			たこ焼き 油		2.3 g
	りんご				りんご	
	ごはん			米		803 kcal
★ 25・ 水	牛乳	牛乳				35.4 g
	ホイコーロー	豚肉 みそ		油 砂糖 かたくり粉		22.1 g
	五目スープ	鶏肉 なると		春雨		2.8 g
	まぐろのケチャップ和え	まぐろ		かたくり粉 油 砂糖		
	杏仁デザート			杏仁デザート		
★ 26・ 木	黒コッペパン			パン		754 kcal
	牛乳	牛乳				32.5 g
	かぶのクリームシチュー	ベーコン スキムミルク クリーム		バター 油 小麦粉		26.9 g
	レモン風味ナゲット(2こ)	レモン風味ナゲット				3.8 g
	ビーンズサラダ	ハム 大豆 いんげん豆		油 砂糖		
★ 27・ 金	麦入りごはん			米 麦		719 kcal
	牛乳	牛乳				29.4 g
	肉じゃが	豚肉		油 じゃがいも 砂糖		18.1 g
	かつお和え	かまぼこ かつお節				1.6 g
	デコボン					

※ 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、バクバ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。

大豆の“豆”知識

大豆は、体をつくるタンパク質を多く含むことから「畑の肉」と呼ばれます。煮豆など料理に使われるほか、さまざまな食品に加工され、日本人の食卓に欠かせない食べ物です。



なぜ、節分に豆をまくの？

季節の変わり目は体調を崩しやすい人も多いと思いますが、昔の人は、これを「鬼(邪気)」の仕業と考えていました。災いや疫病をもたらす鬼を追い払い、幸福を招くための風習が「鬼は外、福は内」の掛け声で行われる豆まきです。豆が使われるのは、「魔滅(鬼をほろぼす)」につながるという説や、いった大豆が「豆をいる＝魔目(鬼の目)を射る」につながるなどの説があります。豆まきの後には、自分の年齢の数、または年齢+1個の豆を食べて健康を願う風習もあります。豆まきには大豆のほか、落花生を使う地域もあります。

★給食に関する届出について★

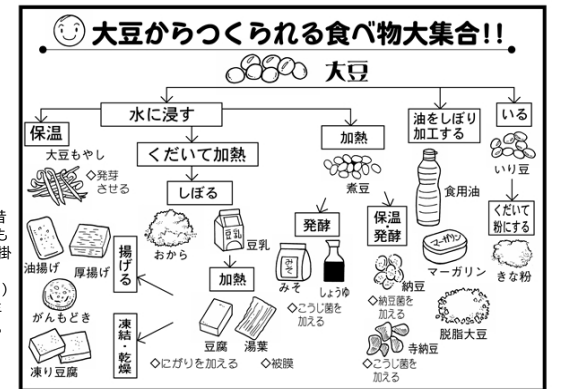
○給食を停止する場合…病気やケガ等で連続して6日以上学校を休む場合は

『学校給食申込変更届出書』(学校、市HPで入手可)に停止期間等を記載の上、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。



産地(予定)

放射性物質
の測定結果