



# 令和2年 2月分 中学校給食献立予定表



一宮市教育委員会学校給食課

一宮市立〇〇〇〇中学校

日曜	献立名	主に体の組織を作る食品		主に体の機能を調節する食品		主に体の熱源となる食品		アレルギー義務表示 卵乳 小えかそ落花生 豆・豆製品 牛乳・乳製品 緑黄色野菜 その他の野菜 魚・肉・卵 小魚・海そう 果物 米・パン・めん 豆・豆製品 いも・砂糖
		1群	2群	3群	4群	5群	6群	
		魚・肉・卵 豆・豆製品	牛乳・乳製品 小魚・海そう	緑黄色野菜	その他の野菜 果物	米・パン・めん いも・砂糖	油脂種実	
3月	ご飯					米		
	牛乳		牛乳					乳
	鬼のすまし汁	かまぼこ 油揚げ		にんじん	はくさい・えのきたけ・ねぎ			
	いわしのかば焼き	いわし				でん粉・米粉 砂糖	油	
	即席漬				きゅうり・キャベツ・たくあん			
	節分豆	だいす						
4月	ご飯					米		
	牛乳		牛乳					乳
	肉じゃが	豚肉・ちくわ		にんじん さやいんげん	たまねぎ	じゃがいも・砂糖 こんにゃく	油	
	厚焼き卵	卵				砂糖・でん粉	油	卵
	おひたし			ほうれんそう	もやし	砂糖		
5月	金芽口ウカット玄米ご飯					金芽口ウカット玄米 米		
	焼き鳥丼の具（焼き鳥）	鶏肉			しょうが	砂糖・でん粉	油	
	(野菜)			ピーマン 赤パブリカ	キャベツ・たまねぎ		油	
	牛乳		牛乳					乳
	沢煮わん	豚肉		にんじん	だいこん・ごぼう・ねぎ だけのこ			
6月	ヨーグルト		ヨーグルト					乳
	ご飯					米		
	牛乳		牛乳					乳
	けんちん汁	とうふ		にんじん・こまつな	だいこん	さつまいも こんにゃく		
	ホキの香味揚げ	ホキ			ねぎ・にんにく	でん粉・砂糖	油	
7月	シャキシャキ和え	ハム		みずな	れんこん・きゅうり		ノンエッグ マヨネーズ	
	ご飯					米		
	牛乳		牛乳					乳
	ヘルシーマーボードウフ	豚肉・だいす・みそ とうふ		にんじん・にら	たまねぎ・たけのこ・ねぎ にんにく・しょうが	砂糖・でん粉		
	春巻	豚肉		にんじん・にら	キャベツ・もやし・エリンギ	でん粉・砂糖 小麦粉・水あめ	ごま油・油	小麦
10月	ナムル			チンゲンサイ	もやし	砂糖	ごま油	
	ご飯					米		
	牛乳		牛乳					乳
	だいこんのすり流し汁	鶏団子		にんじん・こまつな	だいこん・はくさい・たまねぎ えのきたけ	でん粉		
	さばのカレー揚げ	さば			にんにく	でん粉	油	
12月	こんぶ和え		こんぶ		きゅうり・キャベツ			
	チャーハン	ベーコン			とうもろこし・エリンギ・ねぎ	米	油	
	牛乳		牛乳					乳
	中華スープ	鶏肉・とうふ		チンゲンサイ にんじん	たまねぎ・干ししいたけ			
	フルーツ杏仁				パイン・もも	豆乳杏仁どうふ・砂糖		
13月	ご飯					米		
	牛乳		牛乳					乳
	みそ汁	生揚げ・みそ	わかめ	かぼちゃ	しめじ・ねぎ			
	コロッケ	豚肉・牛肉		にんじん・パセリ	たまねぎ	じゃがいも・砂糖 パン粉・小麦粉	油	小麦
	切り干しだいこんの煮物	ツナ		にんじん さやいんげん	切り干しだいこん	砂糖		
14金	スライスパン・2枚					スライスパン		小麦・乳
	セレクトフライサンド A:チキン竜田サンド	鶏肉				砂糖・小麦粉 でん粉	油	小麦
	B:フィッシュサンド	たら				パン粉・でん粉 米粉	油	小麦
	キャベツソテー			ピーマン	キャベツ		油	
	タルタルソース						タルタルソース	卵
	牛乳		牛乳					乳
	トマトとお豆のスープ	ワインナー・だいす		にんじん・トマト	たまねぎ・えだまめ	じゃがいも ひよこ豆		
	ココアパウダー					ココアパウダー		



本来、節分は季節の変わり目にあたる「立春」「立夏」「立秋」「立冬」の前日のことを言います。旧暦では、立春が一年の始めとされ、その前日である節分は「大みそか」として特に重要とされていました。年の分かれ目には邪気が入りやすいと考えられていたため、さまざまな邪気払いが行われてきました。中でも「豆まき」は、災いを追い払うとともに、年の数だけ豆を食べて、一年の無病息災を願うことで有名です。他にも、ヒイラギの枝に焼いたいわしの頭を刺して玄関に飾って、鬼が入ってこないようにします。





# 令和2年 2月分 中学校給食献立予定表

一宮市教育委員会学校給食課  
一宮市立〇〇〇〇中学校

日	曜	献立名	主に体の組織を作る食品		主に体の機能を調節する食品		主に体の熱源となる食品		アレルギー義務表示					
			1群	2群	3群	4群	5群	6群	卵	乳	小麦	えび	かに	そば・落花生
			魚・肉・卵 豆・豆製品	牛乳・乳製品 小魚・海そう	緑黄色野菜	その他の野菜 果物	米・パン・めん いも・砂糖	油脂種実						
17	月	ご飯						米						
		牛乳		牛乳										乳
		みそおでん	豚肉・高野どうふ つずら卵・みそ		にんじん さやいんげん	だいこん	さといも・砂糖 こんにゃく							卵
		野菜バーグ	魚肉すり身・とうふ		プロッコリー にんじん	キャベツ・たまねぎ	砂糖・でん粉 じゃがいも	油						
		花野菜和え			プロッコリー	カリフラワー			ドレッシング					
18	火	白玉うどん						白玉うどん						小麦
		あんかけうどん(汁)	鶏肉・かまぼこ		にんじん・みずな	はくさい・えのきたけ	でん粉							
		牛乳		牛乳										乳
		れんこん&さつまいもチップス				れんこん	さつまいも	油						
		ツナ和え	ツナ		こまつな	キャベツ	砂糖							
19	水	ご飯						米						
		牛乳		牛乳										乳
		ちゃんこ汁	豚肉・焼きどうふ		にんじん	はくさい・ねぎ・しょうが	しらたき							
		さわらのおろしだれ	さわら			だいこん	砂糖	油						
		菜の花和え			なばな	もやし・とうもろこし		ドレッシング						
20	木	麦ご飯						米・大麦						
		コン根カレーライス	豚肉		かぼちゃ	だいこん・れんこん・ごぼう グリンピース・たまねぎ しょうが・にんにく	カレールウ							小麦
		牛乳		牛乳										乳
		ひじき入りポテトサラダ	ハム	ひじき	にんじん	きゅうり・とうもろこし	じやがいも	ノンエッグ マヨネーズ						
		福神漬				福神漬								
21	金	ご飯						米						
		牛乳		牛乳										乳
		のっぺい汁	鶏肉		にんじん	だいこん・ねぎ	さといも・でん粉 こんにゃく							
		生揚げの肉みそかけ・2個	生揚げ・豚肉・みそ					砂糖・でん粉						
		骨太和え		ちりめんじゃこ	ほうれんそう	はくさい	砂糖							
25	火	チョコ揚げパン	木曽川中学校リクエスト					小型ロールパン 砂糖	油	小麦・乳				
		プチパン						プチパン		小麦				
		牛乳		牛乳										乳
		豆乳クリームパスタ	ベーコン・豆乳		にんじん ほうれんそう	たまねぎ・しめじ・にんにく	パンネ 米粉ホワイトルウ	油		小麦				
		彩りサラダ	ハム		赤パプリカ	キャベツ・きゅうり・黄パプリカ		ドレッシング						
26	水	ご飯	尾西第一中学校リクエスト					米						
		牛乳		牛乳										乳
		かきたま汁	卵・とうふ かまぼこ		にんじん	はくさい・えのきたけ・ねぎ	でん粉							卵
		鶏肉とれんこんのレモン煮	鶏肉			れんこん・レモン	でん粉・砂糖	油						
		おかか和え	かつお削り節		プロッコリー	カリフラワー	砂糖							
27	木	わかめご飯	尾西第二中学校リクエスト	わかめ				米・砂糖						
		牛乳		牛乳										乳
		豚汁	豚肉・みそ		にんじん	だいこん・ごぼう・ねぎ	さといも こんにゃく							
		照り焼きハンバーグ	鶏肉・豚肉			たまねぎ	じやがいも・でん粉 砂糖	ラード・油						
		ゆかり和え			赤じそ粉	もやし・はくさい								
28	金	中華めん	尾西第三中学校リクエスト					中華めん						小麦
		ちゃんぽんめん(汁)	豚肉・なると		にんじん チングンサイ	キャベツ・もやし・たまねぎ にんにく								
		牛乳		牛乳										乳
		揚げぎょうざ・3個	鶏肉			キャベツ・たまねぎ・にんにく しょうが	小麦粉・でん粉 砂糖	ラード ごま油・油						小麦
		パンサンスー	ハム			きゅうり・とうもろこし	はるさめ・砂糖	ごま油						

◆お知らせ◆

- ①一宮市の給食では「そば・落花生」は、使用されていません。
- ②3日、6日、10日、12日、19日、21日、27日のおかずの原材料には「乳・卵・小麦・えび・かに」を含んでいません。ただし、調味料に含まれる場合があります。詳しくは、栄養教諭・学校栄養職員にお問い合わせください。
- ③アレルギー表示について・・・しょうゆ等の調味料に、微量に含まれるアレルゲンについては明記していません。

応募献立

20日(木)の「ひじき入りポテトサラダ」は、木曽川中学校の生徒が考えた献立です。6群の食品が必ず入るように考えてくれました。また、ひじきを使うことで、中学生に必要な「鉄分」を多くとれるように工夫してくれました。

★給食レシピ紹介★

一宮市では、学校給食課のウェブページに「好評献立」を掲載しています。給食の味を家庭でも再現できるように、分量や作り方が分かるようになっています。



リクエスト給食 Week

2月25日(火)～28日(金)は、各中学校のリクエスト給食を実施します。3年生のみなさんが、9年間の給食生活の締めくくりとして食べたい料理についてアンケートを行いました。3年生の人は給食を食べながら、好きだった献立や、クラスの仲間との会食など、楽しかったできごとを思い出してみてください。1・2年生の人も、最後に食べたい給食を考えてみましょう。