



# 令和6年度2月中学校給食予定献立表



## 三島市立北学校給食共同調理場

日	献立名	主に体の組織をつくる		主に体の調子を整える		主にエネルギーになる		エネルギー (kcal) たんぱく質 (g)	
		食品	群	食品	群	食品	群		
3 (月)	<b>受験応援献立</b>	勝ち(カツ)をとりに行く(鶏肉)ためのげんかつぎ!「チキンカツ」を食べて勝ちをとりに行きましょう!							759kcal 28.5g
	ご飯(麦)・牛乳		牛乳			精白米・麦			
	チキンカツ (ごまソース)	鶏肉				パン粉・小麦粉	植物油		
	おひたし	かつお削り節		小松菜	キャベツ	砂糖	ごま		
	具だくさん汁	油揚げ・みそ		人参	大根				
5 (水)	ご飯(麦)・牛乳		牛乳			精白米・麦		707kcal 26.8g	
	ポテトグラタン	鶏肉・ベーコン 白花豆	牛乳・チーズ	人参・パセリ	玉葱・しめじ	じゃがいも・小麦粉 パン粉	バター 植物油		
	海藻サラダ		わかめ	人参	キャベツ・きゅうり	砂糖	ごま・ごま油		
	野菜スープ			人参	大根・玉葱・ホールコーン				
6 (木)	ご飯(麦)・牛乳		牛乳			精白米・麦		708kcal 31.6g	
	さばの香味焼き	さば			古根・にんにく	砂糖	ごま・ごま油		
	青菜の煮浸し	油揚げ	ひじき	小松菜	白菜・えのき茸	砂糖	植物油		
	かきたまみそ汁	鶏卵・豆腐・みそ		葉葱・人参	大根・玉葱				
	型抜きチーズ		チーズ						
7 (金)	ご飯(麦)・牛乳		牛乳			精白米・麦		747kcal 27.3g	
	豆腐のチリソース煮	豆腐・豚肉・大豆 レバー		トマトソース トマトピューレ 人参・葉葱	にんにく・古根	砂糖	植物油 ごま油		
	きびなごフライ	大豆粉	きびなご			パン粉	植物油		
	中華和え			小松菜・人参	もやし・ホールコーン	砂糖	ごま・ごま油		
10 (月)	ご飯(麦)・牛乳		牛乳			精白米・麦		712kcal 24.0g	
	いわしの唐揚げ野菜あんかけ (野菜あんかけ)	いわし				でん粉	植物油		
	さつまいもサラダ			いんげん・人参 人参	玉葱・もやし きゅうり	でん粉・砂糖	マヨネーズ (卵不使用)		
	鶏肉と大根のスープ	鶏肉		小松菜	大根・えのき茸	さつまいも・砂糖			
12 (水)	ソフト麺・牛乳		牛乳			ソフト麺		739kcal 31.6g	
	ミートソース	豚肉・大豆・レバー	脱脂粉乳 チーズ ヨーグルト	トマト缶・人参	玉葱・セロリ マッシュルーム にんにく・古根	小麦粉・砂糖	バター 植物油		
	ジャーマンポテト	鶏肉		パセリ	玉葱・グリーンピース	じゃがいも	植物油		
13 (木)	ご飯(麦)・牛乳		牛乳			精白米・麦		702kcal 31.5g	
	親子丼	鶏肉・鶏卵		人参	玉葱・大根	砂糖			
	かまぼこ	かまぼこ			グリーンピース・干し椎茸				
	みそ汁	生揚げ・みそ	わかめ	葉葱	白菜				
14 (金)	ご飯(麦)・牛乳		牛乳			精白米・麦		705kcal 24.3g	
	ししゃものカレー揚げ		ししゃも			でん粉	植物油		
	野菜のアーモンド和え				もやし・ホールコーン キャベツ	砂糖	アーモンド ごま油		
	ワンタンスープ	鶏肉		人参	大根・玉葱・えのき	わんたんの皮	ごま油		
	豆乳ココアプリン	豆乳	牛乳 生クリーム			ココアプリンの素			
17 (月)	ご飯(麦)・牛乳		牛乳			精白米・麦		688kcal 23.2g	
	竹輪の二色揚げ	竹輪	青のり	人参		小麦粉	植物油・ごま		
	しらたきの炒め物	豚肉		いんげん・人参		しらたき・砂糖・でん粉	ごま・ごま油		
	いも団子汁	鶏肉			大根・しめじ・根深葱	じゃがいも団子 かぼちゃ団子			
	大豆のふりかけ	大豆・おから	ちりめんじゃこ	人参		砂糖	ごま・植物油		

【 お知らせ 】\*天候や食材の納入状況等により、献立、使用食材が変更になる場合があります。

日	献立名	主に体の組織をつくる		主に体の調子を整える		主にエネルギーになる		エネルギー (kcal) たんぱく質 (g)
		食品	群	食品	群	食品	群	
18 (火)	ご飯(麦)・牛乳		牛乳			精白米・麦		705kcal 24.3g
	魚とナッツの オーロラソースあえ	フカ・大豆		いんげん トマトソース トマトピューレ	玉葱	でん粉・砂糖	かシューナッツ 植物油	
	もやしときゅうりのサラダ				もやし・きゅうり	砂糖	ごま・ごま油	
	大根スープ	ベーコン		チンゲン菜・人参	大根・玉葱		植物油	
19 (水)	ご飯(麦)・牛乳		牛乳			精白米・麦		708kcal 30.7g
	肉味噌おでん	鶏肉・さつま揚げ がんとどき・竹輪 みそ	昆布	人参	大根	里も・こんにやく 砂糖	植物油	
	卵のしょうゆ煮	鶏卵				砂糖		
	わかめとツナのサラダ	まぐろ油漬け	わかめ	人参	もやし・きゅうり・ホルモン	砂糖	ごま・ごま油	
20 (木)	ご飯(麦)・牛乳		牛乳			精白米・麦		731kcal 32.1g
	マーボー豆腐	豆腐・豚肉・大豆 みそ・レバー		人参・葉葱	玉葱・筍・にんにく 干し椎茸・古根	でん粉・砂糖	植物油 ごま油	
	中華和え			人参	キャベツ・きゅうり・ホルモン	砂糖	ごま油・ごま	
21 (金)	<b>ふじっぴー給食</b>		23日は富士山の日です。富士山の恵みである静岡県のおいしい食材を味わっていただきましょう。★静岡県産 ★三島市産					
	ご飯(麦)・牛乳		牛乳			精白米・麦		710kcal 25.5g
	かつおフライ (ソース)	☆かつお				パン粉・小麦粉	植物油	
	チンゲン菜の炒め物	さつま揚げ		★チンゲン菜	★キャベツ	砂糖	ごま	
	三島野菜のごまみそ汁	☆豆腐☆豚肉・みそ		★人参	★大根★レタス★しめじ		ごま・植物油	
	牛乳かん		牛乳・粉寒天		もも	砂糖		
ビスキュイパン・牛乳		牛乳・脱脂粉乳			小麦粉・砂糖	ショートニング マーガリン		
25 (火)	ロールパン		脱脂粉乳			小麦粉・砂糖	ショートニング	701kcal 26.0g
	ジャコサラダ		ちりめんじゃこ	人参	もやし・キャベツ・きゅうり	砂糖	ごま・ごま油	
	ポトフ	豚肉・鶏肉 ポークウィンナー		人参	大根・玉葱・セロリー		じゃがいも	
	ご飯(麦)・牛乳		牛乳			精白米・麦		
26 (水)	里芋みしまコロッケ	豚肉			玉葱	里芋・パン粉・小麦粉	植物油	690kcal 21.8g
	ひじきの炒め煮	さつま揚げ・大豆	ひじき	人参 さやいんげん		砂糖	ごま 植物油	
	豚汁	豚肉・豆腐・みそ		人参・葉葱	大根・ごぼう		こんにやく	
	ご飯(麦)・牛乳		牛乳			精白米・麦		
27 (木)	キーマカレー	大豆・豚肉・鶏肉 レバー	脱脂粉乳 チーズ	トマトピューレ トマト・トマト缶 人参・トマトソース	玉葱・セロリー にんにく・古根	じゃがいも カレールウ	植物油	704kcal 28.8g
	春雨サラダ	ポークハム まぐろ油漬け		人参	もやし・きゅうり・ホルモン	春雨・砂糖	ごま・ごま油	
	果物				果物			
	ご飯(麦)・牛乳		牛乳			精白米・麦		
28 (金)	虹ますのパン粉マヨネーズ焼き	虹ます		パセリ		パン粉	マヨネーズ (卵不使用)	739kcal 29.8g
	三色和え			人参	キャベツ・もやし	三温糖	ごま	
	さつまいものシチュー	鶏肉 白花豆ペースト	牛乳	人参・パセリ	玉葱・マッシュルーム	さつまいも・小麦粉	バター 植物油	

【 お知らせ 】\*天候や食材の納入状況等により、献立、使用食材が変更になる場合があります。

- ◆ 今月の給食回数は、17回の予定です。  
北中学校 : 4日(火)・5日(水)は、給食がありません。  
北上中学校: 4日(火)は、給食がありません。  
5日(水)は、3年生と特支3年生の給食がありません。

今月の学校給食で使用しているキャベツは、三島市山田地区の杉山久雄さん、しめじは川原ヶ谷地区の長谷川園さん、大根・白菜は三ツ谷地区の後藤恭一さん、さつまいもは沢地地区の下里美美さんの畑で栽培されたものです。  
トマトソースは、三島ときめき連絡協議会トマトグループの皆さんの畑で栽培されたトマトを加工したものを使用しています。

## 2月21日はふじっぴー給食の日

2月23日の富士山の日にちなみ、静岡県産の食材を味わい、静岡県への愛着を育むことを目的に「ふじっぴー給食」を実施します。ふじっぴーは、静岡県のイメージキャラクターです。



今年度のテーマ食材はかつお・鯖・レタス・チンゲン菜・お茶で、北中学校・北上中学校ではかつおとレタスを使った献立を実施します。

今回のふじっぴー給食の日で使用しており、静岡県で栽培が盛んなチンゲン菜についての動画を静岡県の公式ホームページからみることが出来ます。右のQRコードからもみることが出来ますので是非ご覧ください。

