

日	献立名	体をつくる	体を守る	体を動かす	その他	エネルギーたんぱく質
2月	5年3組オリジナル献立					627 kcal
	白ごはん			米		27.1 g
	フリのカボスソースがけ	ブリ(魚)、かたくり粉	だいこん、かぼす	サラダ油、さとう、かたくり粉	こいくちしょうゆ	
	さつまいもとかぼちゃのみそ汁	かたくちいわし(煮干し)、あぶらあげ、とうふ、みそ	だいこん、はくさい、かぼちゃ	さつまいも	水	
3火	減量コッペパン			★コッペパン		593 kcal
	大豆入りスパゲティミートソース	ぶたにく、だいず、★チーズ	たまねぎ、にんにく、にんじん、トマトピューレ、トマトケチャップ、枝豆	オリーブ油、さとう、スパゲティ	赤ワイン、塩、こしょう、コンソメ、ウスターソース、デミグラスソース	26.0 g
	コーンサラダ	ロースハム(乳・卵なし)	キャベツ、きゅうり、にんじん、とうもろこし	サラダ油、さとう	白ワイン、穀物酢、塩、こしょう、こいくちしょうゆ	
	黒糖福豆(だいず)			黒糖福豆(落花生、種実類なし)		
4水	5年2組オリジナル献立					531 kcal
	白ごはん			米		28.6 g
	豚肉とキャベツの甘辛炒め	ぶたにく	にんにく、キャベツ	サラダ油、かたくり粉	酒、焼き肉のたれ	
	油揚げとわかめのみそ汁	かたくちいわし(煮干し)、あぶらあげ、とうふ、みそ、わかめ	たまねぎ、だいこん、にんじん、えのきだけ、ねぎ		水	
5木	黒砂糖パン			★黒砂糖パン		592 kcal
	ビーフシチュー(ラッキーにんじん入り)	ぶたにく、★生クリーム	にんにく、たまねぎ、にんじん、トマトピューレ、枝豆	サラダ油、さとう、じゃがいも、ビーフシチュールー、★バター	赤ワイン、こしょう、水、デミグラスソース	24.9 g
	かみかみサラダ	まぐろ油漬け	切干大根、にんじん、きゅうり、もやし	さとう、ごま油、サラダ油、ごま	こいくちしょうゆ、穀物酢	
6金	弁当日 🍱🥤					
10火	コッペパン			★コッペパン		560 kcal
	大豆とさつまいもの甘辛だれ	だいず		かたくり粉、さつまいも、サラダ油、さとう	酒、こいくちしょうゆ、みりん	23.2 g
	チキンと白菜の豆乳クリーム煮	とりにく、★牛乳、豆乳、★生クリーム	たまねぎ、にんじん、はくさい、枝豆	サラダ油、じゃがいも、★ベシマルソース、★バター	白ワイン、塩、こしょう、水、チキンガラスープ、コンソメ	
12木	コッペパン			★コッペパン		600 kcal
	チリコンカン	ぎゅうにく、ぶたにく、だいず	にんにく、たまねぎ、にんじん、トマト、りんご	サラダ油、さとう、ハヤシライスルー	赤ワイン、塩、こしょう、パプリカパウダー、チリパウダー、水、デミグラスソース	29.4 g
	白菜のかぼすドレッシングサラダ	ロースハム(乳・卵なし)	はくさい、にんじん、きゅうり、かぼす	オリーブ油、さとう	酒、塩、こしょう、うすくちしょうゆ	
13金	弁当日 🍱🥤					
16月	わかめごはん	わかめごはんのもと		米		547 kcal
	イワシみぞれ煮	イワシみぞれ煮(魚)				28.1 g
	兵庫県の郷土料理「鉢伏汁」	だしかつお節、とりにく、卵、乳なしお野菜つまれ(タラ/人参/南瓜/ほうれん草)	干しいたけ、にんじん、ねぎ、えのきだけ、はくさい		水、酒、みりん、こいくちしょうゆ	
17火	コッペパン			★コッペパン		557 kcal
	ハンバーグおろしソースがけ	国産鶏肉と豚肉のハンバーグ(卵、乳なし)	だいこん	さとう、かたくり粉	酒、みりん、こいくちしょうゆ、うすくちしょうゆ	24.4 g
	小松菜とベーコンの豆乳ミルクスープ	ベーコン(乳・卵なし)、★牛乳、豆乳、★チーズ、★生クリーム	たまねぎ、にんじん、キャベツ、こまつな	サラダ油、★バター	白ワイン、塩、こしょう、水、チキンガラスープ、コンソメ	
18水	5年1組オリジナル献立					573 kcal
	白ごはん			米		25.4 g
	5の1特製チキン南蛮	とりにく	パセリ	サラダ油、さとう、かたくりこ	水、みりん、こいくちしょうゆ、穀物酢	
	1食たまごなしタルタルソース			タルタルソース(卵なし)		
19木	ほうれん草とはくさいのみそ汁	だしかつお節、とうふ、みそ	だいこん、はくさい、ねぎ		水、ほうれん草	
	ナン			★ナン		629 kcal
	大豆ミート入りキーマカレー	ぎゅうにく、ぶたにく、大豆ミート、だいず	にんにく、しょうが、たまねぎ、にんじん、とうもろこし、トマト、トマトケチャップ、りんご、枝豆	サラダ油、カレールー	赤ワイン、カレー粉、ナツメグ、塩、水、コンソメ、ウスターソース	26.4 g
20金	れんこんサラダ	ロースハム(乳・卵なし)	れんこん、きゅうり、にんじん	さとう、マヨネーズ(卵なし)、ごま	うすくちしょうゆ、酒、みりん、こしょう	
	弁当日 🍱🥤					
	24火	減量ロールパン(卵・バター抜き)			★ロールパン(卵・バター抜き)	
イタリアの料理「手作りミラノ風カツレツ」		ぶたにく、★粉チーズ		薄力粉、パン粉、サラダ油	こしょう、塩、酒、水、乾燥バジル(みじん)	28.5 g
手作りソース(ミラノ風カツレツにかける)			トマトケチャップ	さとう	とんかつソース、ウスターソース、赤ワイン	
イタリアの料理「ミルファンティ」		ベーコン(乳・卵なし)、★粉チーズ、★卵	たまねぎ、にんじん、とうもろこし	じゃがいも、パン粉	水、チキンガラスープ、コンソメ、塩、こしょう、乾燥パセリ	
25水	チームお別れ遠足 弁当日 🍱🥤					
26木	減量コッペパン			★コッペパン		618 kcal
	ふんわり野菜揚げ	卵、乳なし ふんわり野菜揚げ(白身魚・豆腐)		サラダ油		24.9 g
	肉うどん(肉は別配缶)	ぎゅうにく、だしこんぶ、だしかつお節	たまねぎ、干しいたけ、にんじん、ねぎ、ほうれんそう	サラダ油、さとう、うどん	酒、みりん、こいくちしょうゆ、水、うすくちしょうゆ	
27金	弁当日 🍱🥤					

お知らせ

- ・7品目(そば、卵、乳、落花生、えび、かに、くるみ)のアレルギー食品には★を表示しています。
- ・材料などの都合により献立を変更する場合があります。
- ・給食がある日は必ず、飲用牛乳がつきます。

1. 献立について

- 2月3日（火）は節分です。煎った大豆を「鬼は外、福は内」と唱えながらまき、自分の年の数（または年の数+1粒）だけ食べて、1年の健康や無事を祈ります。この日、給食では大豆を使ったスパゲッティミートソースと黒糖福豆を提供します。大豆は、みそやしょうゆ、豆腐、油揚げなど、様々な食べ物や調味料に変身して日本の食を支えています。子供たちにとって、苦手意識の高い大豆ですが、2月の給食では大豆・大豆製品を多く取り入れていきます。実際に味わいながら、そのよさについて学ぶ機会を増やしていきたいと考えています。
- 暦の上では立春を迎えますが、厳しい寒さが続くため、体が温まる汁物や煮物等の料理を取り入れていきたいと思っています。

2. 世界の料理・日本の郷土料理について

世界の料理はイタリアの料理『ミラノ風カツレツ』と『ミルファンティ』を提供します。『ミラノ風カツレツ』の『ミラノ』はイタリアの町の名前です。イタリア料理は郷土色が豊かなことが特徴のひとつで、『ローマ風』や『ナポリ風』のように、町の名前がついた料理が多くあります。カツレツの衣にチーズとバジルを加えることで、食感や風味を楽しんで食べることができます。給食ではミラノ風カツレツの上に手作りのソースをかけます。

『ミルファンティ（Mille Fanti）』とは、イタリア風のかき卵スープです。名前の由来として、『ミル mille』というのは、「たくさん」という意味があり、卵がチーズやパン粉を包んで、小さく固まってたくさん浮き上がってくることから名付けられた説や『ファンティ fanti』には「歩兵」という意味があり、「お腹を空かせた、たくさんの歩兵たちのために食堂が用意したスープ」と言われている説があります。また、イタリアでは、パン粉ではなく、セモリナ粉を使用しますが、給食では手に入りやすいパン粉を使用します。

日本の郷土料理は兵庫県養父市鉢伏高原の『鉢伏汁』を提供します。カモ・キジの合わせミンチと卵黄を混ぜ、スプーンですくい団子状に整えます。醤油ベースのだしに、団子、カモ肉、地元の野菜やきのこを入れて煮込んで食べます。養父市はスキー場が多く、冬はスキー客に親しまれている名物料理です。給食では、カモ・キジ団子の代わりにお野菜つみれを使用します。

【日本の郷土料理と世界の料理実施一覧】

提供月	国	世界の料理	都道府県	日本の郷土料理
令和7年 4月	ドイツ	カルトッフェルズuppe	長崎県	ヒカド
5月	中国	麻婆豆腐	熊本県	だご汁
6月	ベルギー	チキンのワートルゾーイ	大分県	鶏めし
7月	フランス	ラタトゥイユ	山口県	チキンチキンごぼう
8月・9月	カナダ	プーティン風	広島県	呉の肉じゃが
10月	ブラジル	フランゴ パッサリーニョ ドブラジーニャ	島根県	舞茸ごはん
11月	オーストリア	ヴェルツェルフライシュ	鳥取県	じゃぶ
12月	スウェーデン	ピッティパンナ	岡山県	そずり鍋
令和8年 1月	ロシア	ボルシチ	大分県	鶏めし
2月	イタリア	ミラノ風カツレツ ミルファンティ	兵庫県	鉢伏汁