

日	献立	おもにエネルギーの もとになる食品 【黄色のたべもの】	おもに体をつくる もとになる食品 【赤色のたべもの】	おもに体の調子を整える もとになる食品 【緑色のたべもの】	調味料・その他
3日	まぜずし	精白米 砂糖	牛乳 かまぼこ 高野豆腐 きざみのり	たけのこ にんじん 干しいたけ かんぴょう グリンピース	こいロしょうゆ 削り節 酢 塩
(月)	豆乳みそ汁 ひなあられ	ひなあられ	鶏肉 うすあげ 豆乳 みそ	白菜 にんじん 大根 しめじ 春菊	削り節
4日	八宝菜	コッペパン ごま油 片栗粉 油	牛乳 豚肉 いか	たけのこ 白菜 玉ねぎ にんじん 緑豆もやし 干しいたけ 土しょうが	鶏がら 中華スープ 塩 コショウ うすロしょうゆ 酒
(火)	揚げしゅうまい	揚げ油	しゅうまい		
5日	豚キムチ	精白米 ごま油 砂糖 ねりごま	牛乳 豚肉	白菜キムチ 緑豆もやし 玉ねぎ にんにく	こいロしょうゆ
(水)	かきたま汁		鶏肉 かまぼこ 卵	にんじん 三つ葉 えのきたけ	うすロしょうゆ 削り節
6日	クリームシチュー	コッペパン じゃがいも 油 バター 白花豆&白いんげん豆ペースト 小麦粉	牛乳 鶏肉 ベーコン 牛乳 生クリーム	玉ねぎ にんじん しめじ グリンピース	鶏がら コンソメ 塩 コショウ
(木)	ブロッコリーとコーンのサラダ	ノンエッグマヨネーズ		ブロッコリー コーン	塩
7日	ピビンパ	精白米 油 砂糖 すりごま ごま油	牛乳 牛肉	ぜんまい水煮 大豆もやし 小松菜 にんじん 青ねぎ	こいロしょうゆ 塩 ラー油
(金)	わかめスープ 豆乳プリンタルト	豆乳プリンタルト	わかめ	キャベツ にんじん えのきたけ 青ねぎ	鶏がら うすロしょうゆ 塩 中華スープ コショウ
10日	ミートボールのケチャップ煮 白菜のスープ	コッペパン 油 砂糖	牛乳 ミートボール	玉ねぎ しめじ	ケチャップ ソース コンソメ
(月)		油	ベーコン 卵	白菜 玉ねぎ にんじん	鶏がら コンソメ うすロしょうゆ 塩 コショウ
11日	カツカレー 福神漬け フルーツコンポート	精白米 じゃがいも 油 揚げ油	牛乳 鶏肉 ヒレカツ	玉ねぎ にんじん 福神漬け	カレールウ 塩 コショウ ソース ガーリックパウダー
(火)		砂糖	りんご 黄桃缶 アロエ缶		
12日	かやくごはん	精白米	牛乳 鶏肉 うすあげ	にんじん たけのこ つきこんにゃく	出し昆布 削り節 こいロしょうゆ 酒
(水)	豚汁		豚肉 うすあげ 平天 みそ	大根 玉ねぎ しめじ 青ねぎ つきこんにゃく	削り節
	高野豆腐の煮物	砂糖	高野豆腐	にんじん さやいんげん	みりん うすロしょうゆ 塩 削り節
13日	わかめラーメン	小型コッペパン ちゃんぽん麺 ごま油	牛乳 焼き豚 わかめ	コーン にんじん 青ねぎ	うすロしょうゆ みりん 中華スープ 塩 コショウ 鶏がら 削り節
(木)	もやしのナムル	ごま油 砂糖	ハム	緑豆もやし きゅうり 土しょうが	こいロしょうゆ 酢
14日	さわらの竜田揚げ たぬき汁	精白米 片栗粉 揚げ油 片栗粉	牛乳 さわら	土しょうが	こいロしょうゆ うすロしょうゆ 酒
(金)	手作りふりかけ	油 砂糖 すりごま	平天 うすあげ	こんにゃく にんじん えのきたけ 大根 白菜 青ねぎ 土しょうが	うすロしょうゆ 削り節
			削り節		こいロしょうゆ みりん
17日	赤飯	精白米 もち米 小豆	牛乳		塩
(月)	もずくのすまし汁		かまぼこ もずく 卵 豆腐	えのきたけ 青ねぎ	うすロしょうゆ 酒 塩 削り節
	豚肉のしょうが炒め	油 片栗粉 砂糖	豚肉	土しょうが 玉ねぎ	塩 コショウ みりん こいロしょうゆ
18日	焼きビーフン	小型コッペパン ビーフン ごま油 ラード	牛乳 豚肉	キャベツ にんじん たけのこ にら 土しょうが 干しいたけ	酒 ソース 中華スープ 塩 コショウ
(火)	鶏肉のさっぱり煮	砂糖	鶏肉	にんにく 土しょうが	酢 こいロしょうゆ
19日	ふきと豚肉のきんぴら	精白米 油 砂糖 ごま油	牛乳 豚肉	ふき水煮 にんじん	みりん 酒 こいロしょうゆ
(水)	ごま風味みそ汁	ねりごま	豆腐 うすあげ わかめ みそ	大根 三つ葉 えのきたけ	削り節
21日	キャベツのスープ煮	コッペパン 手亡豆	牛乳 チキンウインナー	キャベツ 玉ねぎ にんじん コーン	鶏がら ローリエ うすロしょうゆ コンソメ 塩 コショウ
(金)	わかさぎのからあげ	揚げ油	わかさぎ(片栗粉付)		

- ※ 牛乳はつきません。
- ※ 誤嚥・窒息事故防止のため、「節分の大豆のような乾いたナッツ、豆類、アーモンド、ミニカップゼリー」は提供しません。
- ※ 「うずら卵、餅、白玉団子」が入っている場合は、これらが可能な限り入らないように配食します。

今月の栄養価（小学校中学年）

	エネルギー	たんぱく質	脂質	ナトリウム (食塩相当量)	カルシウム	マグネシウム	鉄	ビタミンA	ビタミンB1	ビタミンB2	ビタミンC	食物繊維
	(kcal)	(g)	(g)	(g)	(mg)	(mg)	(mg)	(μgRAE)	(mg)	(mg)	(mg)	(g)
今月平均	631	25.0	20.0	2.6	318	74	1.8	199	0.53	0.56	18	3.8
文科省基準	650	21～33	14～22	2.0 未満	350	50	3.0	200	0.40	0.40	25	4.5 以上

○令和7年度から「えび・アーモンド・いか」を使わない献立を検討します

学校給食における食物アレルギー対応については、「学校給食における食物アレルギー対応の手引き（貝塚市版）」に沿って対応していますが、食物アレルギー事故発生ゼロをめざし、手引きの改訂を行いました。その結果、「えび」「アーモンド」及びえびと一緒にアレルギー原因食物となることが多い「いか」を提供する食材から外すこととしました。令和7年度から「えび・かに・くるみ・そば・落花生・アーモンド・いか」の7品目は本市の給食では提供しないこととなりますが、今後もおいしく多様な給食を提供するため、新たな食材の研究や献立の工夫に努めてまいりますので、ご理解を賜りますようお願いいたします。