

令和6年2月分学校給食基準献立予定表

中学校

給食実施日は学校、学年ごとに異なりますので、学校からの配布物等でご確認ください。
給食費口座引落日：2月分は2月29日(木)です。残高不足にご注意ください。



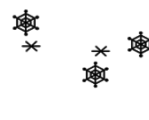
横須賀市ホームページ
【給食費】

Aコース

日/曜	献立名	体内での働きと材料の種類						調味料など	栄養価	
		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	たんぱく質
		1群	2群	3群	4群	5群	6群		(kcal)	(g)
1 (木)	麦ごはん 牛乳 とり肉のねぎ塩炒め からしあえ 豚汁 味付けおかか	鶏肉 豚肉 油揚げ 豆腐 みそ 味付けおかか	牛乳	ほうれん草 人参	もやし 長ねぎ にんにく キャベツ 切り干し大根 大根 玉ねぎ	米 麦 強化米(Ca) 強化米(鉄) 片栗粉 じゃがいも	ごま油	塩 こしょう 酒 しょうゆ からし粉 かつお節	816	43.4
2 (金)	ごはん 牛乳 いわしのたつた揚げ 五目きんぴら みぞれ汁 福豆	いわし 豚肉 鶏肉 豆腐 福豆	牛乳	人参 小松菜	しょうが ごぼう 干しいたけ 大根 しめじ 長ねぎ	米 強化米(Ca) 強化米(鉄) 片栗粉 つきこんにやく 砂糖 さといも	米油 ごま	しょうゆ 酒 かつお節 塩	803	36.2
5 (月)	わかめごはん 牛乳 揚げじゃがいものそぼろ煮 いそあえ みそ汁	豚ひき肉 油揚げ みそ	わかめ ごはんの素 牛乳 のり	小松菜 人参	キャベツ もやし 大根 長ねぎ	米 強化米(Ca) 強化米(鉄) じゃがいも 砂糖 片栗粉	米油	しょうゆ 酒 かつお節	778	29.3
6 (火)	カレーライス 牛乳 フレンチサラダ すだちゼリー	豚肉	牛乳	人参	玉ねぎ にんにく しょうが 炒め玉ねぎ キャベツ きゅうり	米 麦 強化米(Ca) 強化米(鉄) じゃがいも 米粉 砂糖 すだちゼリー	米油 サラダ油	ポークスープ カレー粉 塩 ウスターソース トマトケチャップ しょうゆ ローリエ 酢 こしょう からし粉	822	30.3
7 (水)	豚キムチ丼 牛乳 野菜スープ ヨーグルト	豚肉 鶏肉	牛乳 ヨーグルト	にら 人参	玉ねぎ もやし しょうが にんにく 白菜キムチ 大根 キャベツ	米 麦 強化米(Ca) 強化米(鉄) 砂糖 片栗粉	米油	しょうゆ 酒 オイスターソース 塩 こしょう チキンスープ	837	42
8 (木)	黒パン プルーン発酵乳 さけのマヨネーズ焼き もやしのサラダ ポトフ	さけ ウインナー	プルーン 発酵乳	人参	もやし きゅうり 玉ねぎ キャベツ	黒パン 砂糖 じゃがいも	卵めきマヨネーズ サラダ油 ごま	塩 こしょう ワイン 乾燥パセリ しょうゆ 酢 ポークスープ ローリエ	834	43.1
9 (金)	赤飯 牛乳 とり肉の甘酢だれ おひたし すまし汁 豆乳バナラだいふく ごま塩	あずき 鶏肉 なると 豆腐	牛乳	人参 小松菜	白菜 もやし えのきたけ	米 もち米 強化米(Ca) 強化米(鉄) 片栗粉 砂糖 豆乳バナラだいふく	米油 ごま塩	酒 しょうゆ 酢 かつお節 昆布 塩	845	37.1
13 (火)	ごはん 牛乳 ハンバーグオニオンソース スタンポット 野菜スープ	ハンバーグ ベーコン 鶏肉	牛乳	ほうれん草 人参	炒め玉ねぎ 玉ねぎ 大根 キャベツ コーン	米 強化米(Ca) 強化米(鉄) 砂糖 片栗粉 じゃがいも	米油	しょうゆ みりん 酒 塩 こしょう チキンスープ	803	31.3
14 (水)	豚丼 牛乳 塩ちゃんこ汁 みかん	豚肉 鶏肉	牛乳	人参 小松菜	玉ねぎ 大根 白菜 長ねぎ みかん	米 麦 強化米(Ca) 強化米(鉄) しらたき 砂糖	米油	しょうゆ 酒 チキンスープ かつお節 塩	791	37.9
16 (金)	中華丼 牛乳 わかめスープ いよかんゼリー	豚肉 いか 鶏肉	牛乳 わかめ	人参	白菜 長ねぎ 干しいたけ しょうが にんにく 玉ねぎ	米 麦 強化米(Ca) 強化米(鉄) 砂糖 片栗粉 いよかんゼリー	米油	ポークスープ 塩 しょうゆ オイスターソース チキンスープ	753	35.5

コース別学校一覧

Aコース…追浜 鷹取 田浦 坂本 不入斗 常葉 公郷 大矢部 大津 長井 武山 大楠
Bコース…池上 衣笠 馬堀 浦賀 鴨居 岩戸 久里浜 神明 野比 北下浦 長沢



Aコース

日/曜	献立名	体内での働きと材料の種類						調味料など	栄養価	
		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	たんぱく質
		1群	2群	3群	4群	5群	6群		(kcal)	(g)
19 (月)	ごはん 牛乳 牛肉とごぼうの煮つけ ごまあえ 沢煮わん	牛肉 豚肉	牛乳	小松菜 人参	ごぼう しょうが もやし 大根 長ねぎ 白菜 干しいたけ	米 強化米(Ca) 強化米(鉄) つきこんにやく 砂糖	ごま	酒 しょうゆ かつお節 塩 みりん	779	38.7
20 (火)	ごはん 牛乳 しいらのこはく揚げ ごまドレッシングサラダ みそ汁	しいら みそ 油揚げ	牛乳	人参 ほうれん草	しょうが キャベツ きゅうり もやし	米 強化米(Ca) 強化米(鉄) 片栗粉 砂糖	米油 サラダ油 ごま ごま油	しょうゆ 酒 酢 かつお節	786	36.2
21 (水)	チキンピラフ 牛乳 ミートボール 白菜スープ もものタルト	鶏肉 肉団子 豚肉	牛乳	人参 小松菜	玉ねぎ コーン グリーンピース 白菜	米 麦 強化米(Ca) 強化米(鉄) 米粉 もものタルト	米油	塩 チキンスープ こしょう トマトケチャップ 中濃ソース ポークスープ しょうゆ	821	31.3
22 (木)	ごはん 牛乳 豚肉と生揚げのみそ炒め わかめサラダ のっぺい汁	豚肉 生揚げ みそ 鶏肉	牛乳 わかめ	人参	玉ねぎ しょうが にんにく キャベツ きゅうり 大根	米 強化米(Ca) 強化米(鉄) 砂糖 片栗粉 こんにやく さといも	米油 サラダ油	しょうゆ 酒 豆板醤 かつお節 塩	791	36.9
26 (月)	麦ごはん 牛乳 バーベキューチキン 大根サラダ 白菜のクリームスープ	鶏肉 豚肉 ベーコン	牛乳	人参	にんにく 大根 きゅうり コーン 玉ねぎ 白菜	米 麦 強化米(Ca) 強化米(鉄) 砂糖 片栗粉 じゃがいも 米粉	サラダ油 ごま バター	酒 トマトケチャップ ウスターソース しょうゆ カレー粉 酢 ポークスープ 塩 こしょう ローリエ	868	36.9
27 (火)	ビビンバ 牛乳 大根入り中華スープ 豆乳プリンタルト	豚ひき肉 とりレバー 大豆ミート みそ 鶏肉	牛乳	人参 小松菜	長ねぎ しょうが にんにく もやし 大根 えのきたけ きくらげ	米 麦 強化米(Ca) 強化米(鉄) 砂糖 豆乳プリンタルト	米油 ごま油 ごま	しょうゆ 酒 一味唐辛子 チキンスープ 塩 こしょう	863	39.5
28 (水)	麦ごはん 牛乳 豚たま煮 いそナムル 大豆のふわふわ汁	豚肉 うずら卵 鶏肉 大豆フレーク	牛乳 のり	小松菜 人参	しょうが もやし 大根 えのきたけ	米 麦 強化米(Ca) 強化米(鉄) つきこんにやく 砂糖 片栗粉	ごま油	しょうゆ 酒 塩 かつお節	789	43
29 (木)	ごはん 牛乳 かつおのフライ ゆずポン酢あえ みそ汁 りんごゼリー	かつおフライ 豆腐 油揚げ みそ	牛乳	小松菜 人参	キャベツ えのきたけ	米 強化米(Ca) 強化米(鉄) 砂糖 じゃがいも りんごゼリー	米油	中濃ソース しょうゆ 酢 ゆず果汁 かつお節	785	27.5

※ 材料等の都合により、献立を変更する場合があります。

◎ 献立ひとくちメモ

2日(金)節分の献立・みぞれ汁

2月3日は節分です。地域により、いわしを使った料理や福豆を食べる風習があります。

福豆を年の数だけ食べると、その年は健康に過ごせるという言い伝えがあります。

みぞれ汁は、大根おろしが入った汁物です。大根おろしの透き通った見た目が雪と雨が混ざって降るみぞれに似ていることから、大根おろしを使った料理に「みぞれ」という名前が付けられているそうです。

5日(月) 6日(火)卒業・進級お祝い給食

少し早いですが、全校そろって給食のある日を選び、卒業・進級祝いの気持ちを込めて、人気のあるメニューを組み合わせました。

9日(金)市制記念日お祝い献立

2月15日(木)は市制117周年記念日です。中学校では初めて小豆を使った赤飯を炊きます。

◎ 地場産物の使用予定

2月のキャベツ、大根は市内産、長ねぎは神奈川産を使用する予定です。

5日(月)いそあえ、28日(水)いそナムル：きざみのりー市内走水産

6日(火)カレーライス：豚肉ー神奈川産

27日(火)大根入り中華スープ：きくらげー市内林産



横須賀市学校給食センター

〒238-0032 横須賀市平作5-28-10

電話 046-850-1276(中学校給食担当) 046-850-1272(給食費担当)

横須賀 給食

検索

横須賀市
ホームページ
【献立表・レシピ】

