



令和8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、学校からの通知等でご確認ください。

給食費口座引落日：2月分は3月2日(月)です。残高不足にご注意ください。

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 (kcal)	たんぱく質 (g)
		1群	2群	3群	4群	5群	6群			
2 (月)	麦ごはん 牛乳 いわしのこはく揚げ 五目豆 みぞれ汁 豆乳パニラだいふく	いわし みそ 大豆 豚肉 鶏肉	牛乳 切り昆布	人参 小松菜	しょうが 大根 白菜 しめじ	米 麦 砂糖 強化米(Ca) 強化米(鉄) 片栗粉 こんにゃく 豆乳パニラだいふく	米油	しょうゆ 酒 かつお節 塩 みりん	776	27.4
3 (火)	麦ごはん 牛乳 けいちゃん焼き 塩ナムル だんご汁	鶏肉 みそ 豚肉 油揚げ	牛乳	人参 小松菜	キャベツ 長ねぎ にんにく もやし 大根 えのきたけ	米 麦 強化米(Ca) 強化米(鉄) 砂糖 片栗粉 白玉もち	米油 ごま油 ごま	みりん 酒 しょうゆ 塩 酢 かつお節	814	34.5
4 (水)	ごはん 牛乳 揚げじゃがいものそぼろ煮 いそあえ みそ汁 すだちゼリー	豚ひき肉 油揚げ みそ	牛乳 のり わかめ	小松菜 人参	キャベツ もやし 大根	米 強化米(Ca) 強化米(鉄) じゃがいも 片栗粉 砂糖 すだちゼリー	米油	しょうゆ 酒 かつお節	807	25.5
5 (木)	ガパオライス 牛乳 フォースープ	豚ひき肉 大豆ミート 鶏肉	牛乳	ピーマン 人参 小松菜	玉ねぎ にんにく キャベツ もやし	米 麦 強化米(Ca) 強化米(鉄) 砂糖 クイツティオ	米油	しょうゆ チキンスープ オイスターソース 酒 みりん 一味唐辛子 豆板醤 塩 こしょう 乾燥バジル 酢	767	35.4
6 (金)	とり肉のてり煮丼 牛乳 五目汁	鶏肉 豚肉 油揚げ	牛乳	人参 ほうれん草	玉ねぎ 長ねぎ 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 みりん 酒 かつお節 塩	766	33.4
9 (月)	ごはん 牛乳 カレー肉じゃが ごまあえ みそ汁	豚肉 油揚げ みそ	牛乳	人参 小松菜	玉ねぎ グリーンピース キャベツ もやし 大根	米 強化米(Ca) 強化米(鉄) じゃがいも 砂糖	米油 ごま	しょうゆ 塩 カレー粉 かつお節	755	27.5
10 (火)	あんかけごはん 牛乳 春雨スープ ヨーグルト	豚肉 ちくわ 鶏肉	牛乳 ヨーグルト	人参 小松菜	白菜 長ねぎ 干しいたけ しょうが 玉ねぎ	米 麦 強化米(Ca) 強化米(鉄) 砂糖 片栗粉 緑豆春雨	米油	かつお節 塩 しょうゆ チキンスープ	761	29.9
12 (木)	黒パン 牛乳 チキンカチャトーラ コールスローサラダ ABCスープ	鶏肉 ウインナー	牛乳	トマト缶 人参	玉ねぎ にんにく エリンギ コーン マッシュルーム 炒め玉ねぎ キャベツ きゅうり	黒パン 砂糖 米粉 マカロニ じゃがいも	オリーブ油 サラダ油	トマトピューレ ワイン チキンスープ 塩 こしょう 乾燥バセリ 乾燥バジル 酢 ポークスープ	810	38.7
13 (金)	赤飯 牛乳 とり肉のから揚げ からしあえ すまし汁 ごま塩	あずき 鶏肉 なると 豆腐	牛乳	人参 小松菜	しょうが 白菜 もやし	米 もち米 強化米(Ca) 強化米(鉄) 片栗粉	米油 ごま塩	しょうゆ 塩 酒 からし粉 かつお節	750	30.4

コース別学校一覧

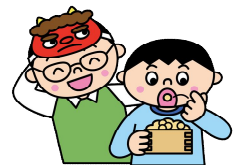
Aコース・・・追浜 鷹取 田浦 坂本 不入斗 常葉 公郷 大矢部 大津 長井 武山 大楠

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

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(給食費管理担当)



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 (kcal)	たんぱく質 (g)
		1群	2群	3群	4群	5群	6群			
16 (月)	ロールパン プルーン発酵乳 チキンソテー サブジ 野菜スープ	鶏肉 ベーコン ウインナー	プルーン 発酵乳	人参 小松菜	にんにく 玉ねぎ キャベツ 大根 もやし	ロールパン じゃがいも	米油	塩 こしょう ナツメグ ワイン カレー粉 クミン ポークスープ しょうゆ	811	35.6
17 (火)	麦ごはん 牛乳 メンチカツ ごま入りおひたし 吉野汁	メンチカツ 鶏肉 油揚げ	牛乳	小松菜 人参	キャベツ もやし 大根	米 麦 強化米(Ca) 強化米(鉄) 片栗粉	米油 ごま	中濃ソース しょうゆ かつお節 酒 塩	826	27
18 (水)	ごはん 牛乳 とり肉と生揚げのオイスターソース炒め 切り干し大根のサラダ ワントンスープ	鶏肉 生揚げ 豚肉	牛乳	小松菜 人参	玉ねぎ しょうが にんにく 切り干し大根 もやし キャベツ	米 強化米(Ca) 強化米(鉄) 砂糖 片栗粉 ウェーブワントン	ごま油 サラダ油 ごま	しょうゆ 酒 酢 オイスターソース ポークスープ 塩 こしょう	792	33.4
19 (木)	麦ごはん 牛乳 あじのたつた揚げ わかめサラダ 豚汁	あじ 豚肉 豆腐 油揚げ みそ	牛乳 わかめ	人参	しょうが キャベツ 大根	米 麦 強化米(Ca) 強化米(鉄) 片栗粉 じゃがいも	米油 サラダ油	しょうゆ 酒 かつお節	794	31.3
20 (金)	スタミナチャーハン 牛乳 肉団子 白菜スープ ぶどうゼリー	卵 豚肉 肉団子 鶏肉	牛乳	人参 小松菜	長ねぎ しょうが にんにく グリーンピース 玉ねぎ 白菜	米 麦 強化米(Ca) 強化米(鉄) 砂糖 片栗粉 ぶどうゼリー	米油 ごま油	しょうゆ チキンスープ 塩 コチジャン みりん こしょう	816	33
24 (火)	とり肉のねぎ塩丼 牛乳 チゲスープ	鶏肉 豚肉 みそ	牛乳	人参 小松菜	玉ねぎ もやし 長ねぎ にんにく 大根 白菜	米 麦 強化米(Ca) 強化米(鉄) 片栗粉 トック	ごま油	塩 こしょう 酒 ポークスープ コチジャン	793	33.4
25 (水)	ごはん 牛乳 さわらの甘酢だれ 炒めビーフン 塩ちゃんこ汁 ブルーベリータルト	さわら 豚肉 鶏肉 豆腐	牛乳	人参 ほうれん草	玉ねぎ キャベツ もやし 大根	米 強化米(Ca) 強化米(鉄) 片栗粉 砂糖 ビーフン ブルーベリータルト	米油	しょうゆ 酢 ポークスープ 塩 こしょう チキンスープ かつお節 酒	884	34.8
26 (木)	チキンカレー 牛乳 キャベツのソテー ミックスフルーツ	鶏肉 ウインナー	牛乳	人参 ほうれん草	玉ねぎ 炒め玉ねぎ しょうが にんにく キャベツ コーン 黄桃缶 白桃缶 りんご缶 みかん缶	米 麦 強化米(Ca) 強化米(鉄) じゃがいも 米粉 片栗粉	米油	チキンスープ カレー粉 塩 かんづめの汁 ウスターソース しょうゆ トマトケチャップ ローリエ ポークスープ こしょう	919	29.2
27 (金)	ミートソーススパゲッティ 牛乳 ごまドレッシングサラダ	豚ひき肉 大豆ミート	牛乳	人参 ほうれん草	玉ねぎ 炒め玉ねぎ キャベツ もやし	スパゲッティ 砂糖 米粉	米油 オリーブ油 サラダ油 ごま ごま油	ポークスープ 中濃ソース トマトケチャップ トマトピューレ 塩 こしょう ナツメグ ローリエ しょうゆ 酢	752	34.3

※ 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(月) いわしのこはく揚げ

2月3日は節分です。地域により、いわしを使った料理を食べる風習があります。

4日(水) 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。

13日(金)市制記念日お祝い献立

2月15日(日)は市制119周年記念日です。お祝い献立として、赤飯、「祝」の文字が入ったなるとを使用したすまし汁を提供します。

◎地場産物の使用予定

2月のキャベツ、大根は市内産、長ねぎは神奈川産です。

4日(水) いそあえ: のり 市内走水産

24日(火) チゲスープ: 豚肉 神奈川産

