



令和3年 2月分 中学校給食献立予定表

一宮市教育委員会学校給食課
一宮市立〇〇〇中学校



日曜	献立名	主に体の組織を作る食品		主に体の機能を調節する食品		主に体の熱源となる食品		アレルギー義務表示
		1群	2群	3群	4群	5群	6群	
		魚・肉・卵 豆・豆製品	牛乳・乳製品 小魚・海そう	緑黄色野菜	その他の野菜 果物	米・パン・めん いも・砂糖	油脂 種実	
1月	ご飯					米		
	牛乳		牛乳					乳
	沢煮わん	豚肉		にんじん・こまつな	だいこん・ごぼう・たけのこ 干しいたけ			
	生揚げの肉みそかけ・2個	生揚げ・みそ・鶏肉			たまねぎ	でん粉・砂糖		
2火	ご飯					米		
	牛乳		牛乳					乳
	鬼のすまし汁	かまぼこ 油揚げ		みつば	はくさい・だいこん・えのきたけ 干しいたけ			
	いわしのかば焼き	いわし				でん粉・米粉 砂糖	油	
3水	ご飯					米		
	牛乳		牛乳					乳
	だいこんと豚肉の煮物	豚肉・はんぺん		にんじん さやいんげん	だいこん・しょうが	さといも・砂糖		
	厚焼き卵	卵				砂糖・でん粉	油	卵
4木	菜の花和え	ハム		菜花	キャベツ・とうもろこし	砂糖		
	金芽ロウカット玄米ご飯					金芽ロウカット玄米 米		
	揚げ鶏丼の具	鶏肉		ピーマン 赤パプリカ	しょうが・ねぎ	砂糖・でん粉	油	
	牛乳		牛乳					乳
5金	いももち汁	生揚げ・みそ		にんじん	しめじ・はくさい・ごぼう ねぎ	じゃがいももち かぼちゃもち		
	ご飯					米		
	牛乳		牛乳					乳
	ちゃんこ汁	豚肉・焼き豆腐		にんじん	はくさい・しめじ・しらたき			
8月	コロッケ	豚肉・牛肉		にんじん・パセリ	たまねぎ	じゃがいも・砂糖 パン粉・小麦粉	油	小麦
	ツナ和え	ツナ		チンゲンサイ	もやし・とうもろこし	砂糖		
	わかめご飯		わかめ			米・砂糖		
	牛乳		牛乳					乳
9火	豚汁	豚肉・油揚げ・みそ		にんじん	だいこん・はくさい・ねぎ しめじ・こんにゃく			
	たらの黒酢あん	たら		かぼちゃ・ピーマン 赤パプリカ		じゃがいも・でん粉 砂糖	油	
	白玉うどん					白玉うどん		小麦
	あいちの肉♡うどん(汁) (具)	なると 牛肉	わかめ	にんじん こまつな	はくさい・ねぎ たまねぎ・えのきたけ	でん粉 砂糖	油	
10水	牛乳		牛乳					乳
	ヨーグルト		ヨーグルト					乳
	ヘルシーマーボードウフ	豚肉・だいず・みそ とうふ		にんじん・にら	たまねぎ・たけのこ・ねぎ にんにく	砂糖・でん粉		
	切り干しだいこんの中華サラダ	鶏肉		チンゲンサイ	切り干しだいこん・とうもろこし	砂糖	ごま油	
12金	黒ロールパン					黒ロールパン		小麦・乳
	牛乳		牛乳					乳
	具だくさんコンソメスープ	鶏肉		にんじん ブロッコリー	かぶ・はくさい・エリンギ	じゃがいも		
	ソーセージステーキの トマトソースかけ	鶏肉・豚肉		トマト	たまねぎ・黄パプリカ・にんにく	でん粉・砂糖	ラード・油	
ココアパウダー					ココアパウダー			

☆季節の行事 『節分』☆

2021年の節分は、2月2日(火)です。2月3日が節分であることが多いのですが、今年は、124年ぶりに「2月2日」が節分となります。本来、節分は「季節を分ける」という意味で、「立春」「立夏」「立秋」「立冬」の前日のことを言います。中でも旧暦では、立春が一年の始めとされ、その前日である節分は「大みそか」として特に重要とされてきました。立春は「2月4日」に固定されたものではなく、3日や5日に変わることがあります。地球が太陽の周りを1周すると1年ですが、1周にかかる時間は厳密には365日と約6時間かかります。わずかなズレを調節するためにうるう年がありますが、それと同じように立春の日付が前後することがあります。

年の分かれ目には邪気が入りやすいと考えられていたため、節分には、さまざまな邪気払いが行われてきました。邪気払いの一つに「豆まき」があります。豆をまいて災いを追い払うと同時に、年の数だけ豆を食べて、一年の無病息災を願います。他にも、ヒイラギの枝に焼いたいわしの頭を刺して玄関に飾り、鬼が入ってこないようにします。



★給食レシピ紹介★

一宮市では、学校給食課のウェブページに「好評献立」を掲載しています。給食の味を家庭でも再現できるように、分量や作り方が分かるようになっていきます。



QRコードを読み取り

愛知県産の食材を食べよう

愛知県産の畜産物や水産物を使った献立は太字になっており、料理名は○がついています。
9日(火)、16日(火)、25日(木)には「牛肉」、19日(金)には「うなぎ」を使います。



毎月19日は「食育の日」です。食について家族でも話し合ってみましょう！



令和3年 2月分 中学校給食献立予定表



一宮市教育委員会学校給食課
一宮市立〇〇〇中学校

日曜	献立名	主に体の組織を作る食品		主に体の機能を調節する食品		主に体の熱源となる食品		アレルギー義務表示						
		1群	2群	3群	4群	5群	6群	卵	小麦	えび	かに	そば	落花生	
		魚・肉・卵 豆・豆製品	牛乳・乳製品 小魚・海そう	緑黄色野菜	その他の野菜 果物	米・パン・めん いも・砂糖	油脂 種実							
15月	ご飯					米								
	牛乳		牛乳										乳	
	ビーフンスープ	ベーコン		にんじん チンゲンサイ	たけのこ・しめじ	ビーフン								
	鶏肉のから揚げねぎソース・2個	鶏肉			にんにく・しょうが・ねぎ	砂糖・でん粉	油・ごま油							
	キャベツの塩こんぶいため	豚肉	こんぶ	ピーマン	キャベツ		油							
16火	麦ご飯					米・大麦								
	あいちのビーフ♡カレー	牛肉		にんじん	たまねぎ・にんにく・しょうが	じゃがいも カレールウ	油						小麦	
	牛乳		牛乳										乳	
	れんこんチップス				れんこん		油							
	カルシウムたっぷりサラダ	ハム	ちりめんじゃこ チーズ	ほうれんそう	きゅうり・とうもろこし		ノンエッグ マヨネーズ						乳	
17水	ご飯					米								
	牛乳		牛乳										乳	
	さつまい	鶏肉・みそ	わかめ	にんじん	はくさい・ごぼう・ねぎ・しめじ	さつまいも								
	さけのレモンソース	さけ			レモン	砂糖・でん粉	油							
	即席漬			みずな	もやし・たくあん									
18木	チャーハン	ハム		赤パプリカ	ねぎ・エリンギ・とうもろこし	米	油							
	牛乳		牛乳										乳	
	肉団子スープ	肉団子		にんじん	たまねぎ・はくさい・しめじ									
	ハートのフルーツアンニン				もも・パイナップル・みかん	杏仁寒天・砂糖							乳	
19金	ご飯					米								
	あいちのうなぎ♡の二色丼(うなぎ)	うなぎ				砂糖・水あめ								
	(卵)	卵				でん粉・砂糖	油						卵	
	牛乳		牛乳										乳	
白みそ汁	油揚げ・みそ	わかめ	にんじん・かぼちゃ	だいこん・はくさい・ねぎ えのきたけ										
22月	ご飯	尾西第三中学校リクエスト				米								
	牛乳		牛乳										乳	
	かきたま汁	卵・高野豆腐 鶏肉		にんじん ほうれんそう	えのきたけ	でん粉							卵	
	おろしハンバーグ	鶏肉・豚肉			たまねぎ・だいこん	じゃがいも・でん粉 砂糖	ラード・油							
	ゆかり和え			赤じそ粉	キャベツ・きゅうり									
24水	中華めん	木曾川中学校リクエスト				中華めん							小麦	
	とんこつラーメン(汁)	豚肉・なると		にんじん チンゲンサイ	キャベツ・もやし・ねぎ にんにく								乳	
	牛乳		牛乳										乳	
	揚げぎょうざ・3個	豚肉		にら	キャベツ・たまねぎ・にんにく	小麦粉・でん粉 パン粉・砂糖	ラード・油	小麦						
ハンサンスー	ハム			きゅうり・とうもろこし	はるさめ・砂糖	ごま油								
25木	ご飯	尾西第二中学校リクエスト				米								
	牛乳		牛乳										乳	
	あいちの肉♡じゃが	牛肉		にんじん さやいんげん	たまねぎ・こんにゃく	じゃがいも・砂糖	油							
	さばの銀紙焼き	さば・みそ				砂糖・米粉								
花野菜のごま和え			ブロッコリー	カリフラワー	砂糖	ごま								
26金	チョコ揚げパン	尾西第一中学校リクエスト				小型ロールパン 砂糖	油	小麦・乳						
	プチパン					プチパン		小麦						
	牛乳		牛乳					乳						
	コーンポタージュ	ベーコン	牛乳	にんじん・パセリ	たまねぎ・とうもろこし	じゃがいも 米粉ホワイトルウ	油	乳						
	ポパイサラダ	ハム		ほうれんそう	キャベツ		ノンエッグ マヨネーズ							

◆お知らせ◆

- ①一宮市の給食では「そば・落花生」は、使用されていません。
- ②1日、2日、4日、8日、10日、15日、17日、25日のおかずの原材料に「乳・卵・小麦・えび・かに」は含まれていません。ただし、調味料に含まれる場合があります。詳しくは、学校栄養職員・栄養教諭にお問い合わせください。
- ③アレルギー表示について・・・しょうゆ等の調味料に、微量に含まれるアレルゲンについては明記していません。

※都合により、献立が変更になる場合があります。
※国の指導により、配膳過程での感染防止のため、品数の少ない献立としています。



☆リクエスト給食 Week (2月22日～26日)

2月22日(月)～26日(金)は、各中学校のリクエスト給食を実施します。3年生のみなさんが、義務教育9年間の締めくりに食べたい給食としてリクエストした献立です。給食を食べながら、色々なことを思い出してくださいね。3年生だけでなく、1・2年生のみなさんも、今のクラスの仲間と一緒に食べる給食も残りわずかです。たくさん思い出がつまった給食を、よく味わって食べてください。

