

令和7年度2月分 学校給食予定献立表

碧南市第1学校給食センター

| 日曜 |  献立名 |  赤 体をつくるもとになる食品 | |  緑 体の調子を整える食品 | |  黄 エネルギーのもとになる食品 | | エネルギー kcal 中学校 小学校 幼稚園 |
|----------------------------------|--|--|------------------------|--|-------------------------------|---|------------|------------------------------------|
| | | 1群 魚・肉・卵 大豆製品 | 2群 牛乳・乳製品 小魚・海そう | 3群 緑黄色野菜 | 4群 その他の野菜・果物・きのこ | 5群 米・パン・めん いも・砂糖 | 6群 油・種実 | |
| | | | | | | | | |
| 2月 | ごはん 牛乳 | | ぎゅうにゅう | | | こめ | | 799 |
| | 厚焼き卵 | たまご | | | | さとう | | 623 |
| | みそ煮 | とりにく なまあげ みそ | | にんじん はねぎ | だいこん たけのこ しめじ | じゃがいも さとう | | 526 |
| | 野菜の塩こうじ炒め | ツナ | | にんじん | キャベツ とうもろこし | | あぶら | |
| 節分献立 節分にちなんだ、節分豆や いわし、梅を使った献立です。 | | | | | | | | |
| 3火 | ごはん 牛乳 | | ぎゅうにゅう | | | こめ | | 772 |
| | いわしのかば焼き | いわし | | | | さとう でんぶん | あぶら | 616 |
| | キャベツの梅塩昆布あえ | かつおぶし | こんぶ | | キャベツ きゅうり うめ | | | 473 |
| | 節分すまし汁 | とりにく かまぼこ | | こまつな にんじん | だいこん たまねぎ | | | |
| 4水 | クロロールパン 牛乳 | | ぎゅうにゅう | | | パン | | 801 |
| | ボークビーンズ | ぶたにく だいず | | にんじん いんげん | たまねぎ | じゃがいも さとう | | 588 |
| | シーフードソテー | ツナ えび いか あさり | | きピーマン | キャベツ | | あぶら | 436 |
| | フルーツポンチ | | | | みかん もも パインアップル | | | |
| 5木 | ごはん 牛乳 | | ぎゅうにゅう | | | こめ | | 847 |
| | ちゃんこ煮 | とりにく とうふ | | にんじん にら | たまねぎ はくさい ごぼう | でんぶん | | 656 |
| | 『れんこんの生姜風味炒め』 | ベーコン | | | れんこん もやし えだまめ しょうが | さとう | あぶら | 542 |
| | 碧南にんじんかき揚げ | | | にんじん | | こむぎこ | ごま あぶら | |
| 6金 | ごはん 牛乳 | | ぎゅうにゅう | | | こめ | | 840 |
| | シューマイ（小中2個） | ぶたにく | | | たまねぎ | パンこ しゅうまいのかわ | | 628 |
| | 豆腐の中華風煮 | ぶたにく とうふ | | にんじん いんげん | たまねぎ にんにく きくらげ | さとう でんぶん | あぶら | 517 |
| | 『切干大根のナムル』 | ツナ | | こまつな にんじん | きりぼしだいこん | さとう | ごまあぶら 　ごま | |
| 9月 | ごはん 牛乳 | | ぎゅうにゅう | | | こめ | | 775 |
| | 野菜はんぺん | やさいはんぺん | | | | | | 604 |
| | 鶏肉とにんじんこんにゃくの白しょうゆ煮 | とりにく なまあげ | | にんじん | こんにゃく たまねぎ だいこん れんこん | さとう | | 504 |
| | じゃがいものしゃきしゃき炒め | ベーコン | | あかピーマン | しょうが | じゃがいも 　さとう | あぶら | |
| 10火 | むぎはん 麦ごはん 牛乳 | | ぎゅうにゅう | | | こめ おおむぎ | | 750 |
| | 根菜カレー | ぶたにく | | にんじん いんげん | たまねぎ れんこん | じゃがいも | | 600 |
| | ウインナー | とりにく | | | | さとう | あぶら | 508 |
| | 海そうサラダ | | わかめ 　いとかんてん 　さくらそう | | きゅうり 　とうもろこし | | | |
| 12木 | ごはん 牛乳 | | ぎゅうにゅう | | | こめ | | 860 |
| | 肉丼 | ぶたにく なまあげ | | にんじん いんげん | こんにゃく キャベツ たまねぎ 　たけのこ 　ほししいたけ | さとう | | 678 |
| | おからコロッケ | おから | | | たまねぎ | じゃがいも 　こめこ 　あぶら | | 583 |
| | ひじきと野菜のあえもの | ハム | ひじき | チンゲンサイ にんじん | とうもろこし | さとう | | |
| 13金 | ちゅうか 中華めん 牛乳 | | ぎゅうにゅう | | | ちゅうかめん | | 765 |
| | とんこつラーメンのスープ | ぶたにく | | にんじん はねぎ | メンマ キャベツ もやし きくらげ しょうが | | | 612 |
| | エビカツ | えび | | | | でんぶん 　パンこ 　あぶら | | 556 |
| | 水菜の中華サラダ | ちくわ | | みずな 　きピーマン | だいこん 　きゅうり 　にんにく | さとう | | |
| 16月 | ごはん 牛乳 | | ぎゅうにゅう | | | こめ | | 796 |
| | さわらのさっぱりソース | さわら | | | | さとう | | 624 |
| | タッカルビ | とりにく | | にんじん | キャベツ にんにく しょうが | さとう でんぶん 　ごまあぶら | | 510 |
| | わかめスープ | ベーコン | わかめ | にんじん | えのきたけ 　たけのこ 　たまねぎ | | | |
| 17火 | ごはん 牛乳 | | ぎゅうにゅう | | | こめ | | 838 |
| | ハンバーグのきのこあんかけ | とりにく 　ぶたにく | | | たまねぎ しめじ | さとう でんぶん | | 653 |
| | 高野豆腐の煮物 | こうや豆腐 　ぶたにく | | にんじん いんげん | たまねぎ ほししいたけ | じゃがいも さとう | あぶら | 539 |
| | にんじんのカレー炒め | ツナ | | こまつな にんじん | ごぼう | さとう | あぶら | |

令和7年度2月分 学校給食予定献立表

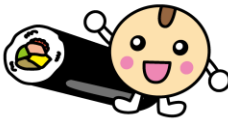
碧南市第1学校給食センター

| 日曜 |  | 赤 体をつくるもとになる食品 | | 緑 体の調子を整える食品 | | 黄 エネルギーのもとになる食品 | | エネルギー kcal 中学校 小学校 幼稚園 |
|---------|--|---------------------------|------------------------|------------------------|---------------------|---------------------------|------------|------------------------------------|
| | | 1群 魚・肉・卵 大豆製品 | 2群 牛乳・乳製品 小魚・海そう | 3群 緑黄色野菜 | 4群 その他の野菜・果物・きのこ | 5群 米・パン・めん いも・砂糖 | 6群 油・種実 | |
| 18 水 | サンドイッチパンズパン <small>ぎゅうにゅう 牛乳</small> | | ぎゅうにゅう | | | パン | | 874 |
| | みそかつ | ぶたにく みそ | | | しょうが | パンこ さとう | あぶら ごま | 659 |
| | だいこん 大根のポトフ | ウインナー | | にんじん | だいこん たまねぎ キャベツ にんにく | | | 572 |
| | やさい 野菜ソテー | ツナ | | チンゲンサイ きピーマン | キャベツ | | あぶら | |
| | 【中】ココア牛乳の素 <small>ちゅう ぎゅうにゅう もと</small> | | | | | ココアぎゅうにゅうのもと | | |
| 19 木 | わかめご飯 <small>はん ぎゅうにゅう 牛乳</small> | | ぎゅうにゅう わかめ | | | こめ | | 782 |
| | チキンカツ | とりにく | | | | パンこ こむぎこ | あぶら | 653 |
| | はなやさい 花野菜サラダ  | ハム | | ブロッコリー | カリフラワー キャベツ とうもろこし | | | 504 |
| | ほうれんそうのすまし汁 <small>じる</small> | かまぼこ | | にんじん ほうれんそう | しめじ たまねぎ | じゃがいも さとう | | |
| | わふう 和風ドレッシング | | | | | | ドレッシング | |
| 20 金 | ごはん <small>はん ぎゅうにゅう 牛乳</small> | | ぎゅうにゅう | | | こめ | | 805 |
| | 『わかさぎの南蛮漬け』 <small>なんばんづ</small> | わかさぎ | | | | でんぶん さとう | あぶら | 637 |
| | なまあ 生揚げの五目煮 <small>ごもく</small> | ぶたにく ちくわ あつあげ とりにく かつお ぶし | | にんじん いんげん | だいこん たまねぎ ほししいたけ | さとう でんぶん | | 516 |
| | おかかあえ  | | | こまつな | キャベツ | さとう | | |
| 24 火 | ごはん <small>はん ぎゅうにゅう 牛乳</small> | | ぎゅうにゅう | | | こめ | | 792 |
| | しろ 白ごまつくね (小中2個) <small>しょうちゅう こ</small> | とりにく | | | たまねぎ | パンこ さとう | ごま | 636 |
| | じゃがいものそぼろ煮 <small>に</small> | だいず はんぺん | | にんじん いんげん | たまねぎ | じゃがいも さとう | | 489 |
| 25 水 | ぶたにく 豚肉とキムチの卵炒め <small>たまごいた</small> | ぶたにく たまご | | | もやし キャベツ キムチ | | | |
| | スライスパン <small>ぎゅうにゅう 牛乳</small> | | ぎゅうにゅう | | | パン | | 787 |
| | さけ 鮭のチーズパン粉焼き <small>こや</small> | さけ | チーズ | | | パンこ | オリーブあぶら | 642 |
| | りぼんマカロニサラダ | ハム | | | きゅうり とうもろこし | マカロニ | | 565 |
| | コンソメスープ | とりにく | | にんじん パセリ | たまねぎ | じゃがいも | | |
| 26 木 | みかんジャム | | | | みかん | さとう | | |
| | ノンエッグマヨネーズ | | | | | | ノンエッグマヨネーズ | |
| | ごはん <small>はん ぎゅうにゅう 牛乳</small> | | ぎゅうにゅう | | | こめ | | 820 |
| | 『いかフライの梅ソース』 <small>うめ</small> | いか | | | ねりうめ | パンこ こむぎこ さとう | あぶら | 678 |
| 27 金 | こんにやくソテー  | ベーコン | | にんじん きピーマン | こんにやく キャベツ しょうが | さとう | あぶら | 528 |
| | はくさい 白菜のみそ汁 <small>しる</small> | なまあげ みそ | | こまつな | はくさい たまねぎ ごぼう | | | |
| | ごはん <small>はん ぎゅうにゅう 牛乳</small> | | ぎゅうにゅう | | | こめ | | 794 |
| 27 金 | レバーの揚げ煮 <small>あ に</small> | レバー とりにく | | | にんにく しょうが | でんぶん さとう | あぶら | 615 |
| | いかとチンゲンサイのいためもの | いか | | チンゲンサイ | キャベツ | さとう | | 512 |
| | トック | ハム | | にんじん はねぎ | たけのこ きくらげ たまねぎ はくさい | トック | あぶら | |

※材料等の都合により、献立を変更する場合があります。(給食回数18回) ※愛知県産・碧南市産の食材は**太字**になっています。
※材料は、すべてを記載しているわけではありません。 ※水産物(練り製品を含む)は、えび・かに・いかなどが混ざる可能性があります。
※アレルギー原因物質については、食物アレルギー詳細な献立表で確認してください。
※『 』は、かみかみメニューです。よくかんで食べましょう。



1年の幸福を願う「節分」の行事



『節分』は季節を分ける日という意味があり、それぞれの季節の始まりである、立春・立夏・立秋・立冬の前の日のことをいいます。1年に4回ありますが、昔の人は、立春を1年の始まりと考えていたので、春の節分が特別な行事となり、今も残っています。



なぜ、節分に豆をまくの？

昔の人は、ちょうど節分のころ、寒くて体調を崩しやすくなるのは、病気や災いを起こす「鬼(悪いもの)」の仕業と考えていました。この鬼を追い払い幸福を招くための風習が、「鬼は外、福は内」の掛け声で行われる豆まきです。炒った大豆が「魔目(まめ)」を射る」につながるという説や、「魔滅(まめ)」につながるという説があるようです。
※「魔目」は鬼の目、「魔滅」は鬼を滅ぼすという意味です。



大豆

炒った大豆を【節分豆】や【福豆】として食べます。自分の年齢の数、または年齢の数+1個食べて、1年の幸福を願います。



いわし

ひいらぎの枝に、焼いたいわしの頭をつけて、ヤイカガシという魔除けを作ります。いわしのにおいを鬼がきらうので、魔除けになります。

