



















2月分 学校給食予定献立表

令和7年度

朝霞市学校給食センター

特定原材料 除去献立	日	曜	器具	主食 つけるもの かけるもの	こんだて名		お か ず	こんだてのざいりょう(食材料)	栄養価	
			はし スプーン その他		牛乳				小学校 エネルギー(kcal)	中学校 たんぱく質(g)
					小 学 校	中 学 校				
★	2	月		 	○	○	さつまいものみそしる	さつまいも、とうふ、ほんしめじ、 ながねぎ 、かつお節、みそ、しょうゆ	637	744
							さけのちゃんちゃんやき	鮭、食塩、酒、キャベツ、たまねぎ、三温糖、しょうゆ、みそ、みりん、でん粉		
							だいこんとさつまあげの にもの	さつま揚げ、だいこん、 にんじん 、こんにゃく、しょうゆ、塩、三温糖、みりん、でん粉、かつお節		
							おおかふりかけ	調味顆粒(ぶどう糖、砂糖、食塩、鰹節粉、とうもろこしでん粉、デキストリン、酵母エキス、抹茶)、 味付け鰹削り節(鰹削り節、砂糖、食塩、酵母エキス、椎茸エキス)、海苔／貝カルシウム、 セルロース、酸化防止剤(ビタミンE)		
★	3	火			○	○	つみれじる	つみれ、とうふ、じゃがいも、 にんじん 、ごぼう、だいこん、 ながねぎ 、ねしょうが、かつお節、みそ、 しょうゆ、酒	690	794
							ぎんだらのさいきょうやき	ぎんだら、白みそ、砂糖、発酵調味料、酒		
							ひじきとだいずのいりに	油揚げ、大豆、芽ひじき、 にんじん 、生ちくわ、米油、三温糖、しょうゆ、かつお節、塩		
★	4	水	 	 中学校: ちゅうのうソース	○	○	はくさいのちゅうかスープ	とり肉、 にんじん 、たまねぎ、 はくさい 、 ながねぎ 、とうもろこし、ごま油、とりガラ、しょうゆ、こしょう、塩	668	756
							カレイのこめコフライ	カレイの米粉フライ(アブラカレイ、米粉パン粉、食塩、こしょう、でん粉、食物繊維、酵母エキス、 加工でん粉、増粘剤、米粉)、米油、小学校:中濃ソース		
							だいこんととりにくの オイスターソースに	とり肉、だいこん、たまねぎ、 生しいたけ 、えどな、にんにく、米油、オイスターソース、しょうゆ、 三温糖、でん粉		
							中学校:ちゅうのうソース	トマト、ブルーネ、りんご、レモン、にんじん、たまねぎ、醸造酢、ぶどう糖果糖液糖、砂糖、食塩、 でん粉、酵母エキス、香辛料		
							セレクト給食	朝霞第十小学校 6年生		
★	5	木	 		○	○	ガタタンラーメン	ぶた肉、酒、しょうゆ、卵、ほたて、えび、いか、生ちくわ、 にんじん 、たまねぎ、 はくさい 、 ながねぎ 、 きくらげ、ねしょうが、にんにく、キャベツ、とりガラ、とんこつ、米油、みりん、塩、こしょう、ごま油、でん粉	701	906
							にくだんごのもちごめむし	肉だんごのもち米蒸し(ぶた肉、とり肉、もち米、たまねぎ、でん粉、パン粉、豚脂、砂糖、しょうがペースト、しょ うゆ、酵母エキス、植物油脂、食塩、しいたけ、発酵調味料、香辛料)、しょうゆ		
							フルーツミックス	りんご、黄桃、白桃、ラ・フランス、砂糖、クエン酸、クエン酸三ナトリウム、ビタミンC、 りんごゼリー(りんご果汁、果糖ぶどう糖液糖、砂糖、難消化性デキストリン、増粘多糖類、 酸味料、香料)		
							ちゅうかめん	小麦粉、食塩、かんすい		
★	6	金	 		○	○	スープカレー	とり肉、白ワイン、塩、こしょう、たまねぎ、大豆油、 にんじん 、じゃがいも、さやいんげん、たもぎたけ、 ねしょうが、にんにく、セロリー、米油、すりおろしりんご、トマト、カレー粉、しょうゆ、赤ワイン、チリパウダー、 ガラムマサラ、煮干し、こんぶ、とりガラ	688	772
							れんこんのからあげ	れんこん、でん粉、米油、こしょう、塩		
							いちご	いちご		
★	9	月			○	○	はくさいとぶたにくのみそしる	ぶた肉、米油、 はくさい 、とうふ、油揚げ、 ながねぎ 、かつお節、みそ、しょうゆ	657	738
							しろみざかなの レモンふうみあげ	ホキ、でん粉、米油、しょうゆ、砂糖、レモン果汁、塩		
							わかめとたまごの いためもの	わかめ、えのきたけ、 にんじん 、こんにゃく、短冊卵、米油、三温糖、しょうゆ		
							卒業祝い給食	朝霞第四中学校 3年生		
★	10	火	 		○	○	ミネストローネ	米粉マカロニ、とり肉、たまねぎ、にんじん、じゃがいも、セロリー、にんにく、パセリ、オリーブ油、 チキンブイヨン、トマト、トマトケチャップ、三温糖、こしょう、塩	648	815
							ハンバーグの オニオンソースがけ	ハンバーグ(鶏肉、たまねぎ、豚脂、粒状植物性たん白、豚肉、砂糖、ぶどう糖、食塩、酵母エキス、 トマトペースト、香辛料、にんにくペースト、小麦不使用しょうゆ、しょうがペースト、加工でん粉、 炭酸カルシウム、セルロース、ピロリン酸第二鉄)、たまねぎ、大豆油、にんにく、オリーブ油、しょうゆ、 三温糖、でん粉、塩		
							えびとブロッコリーのソテー	ショルダーベーコン、にんにく、キャベツ、とうもろこし、ブロッコリー、えび、米油、塩、こしょう		
							チョコプリン	砂糖ぶどう糖果糖液糖、植物性油脂クリーム食品(でん粉分解物、食用油脂)、砂糖、 水溶性食物繊維、ココアパウダー、カカオマス、米粉、炭酸カルシウム、乳化剤、 安定剤(アラビアガム)、リン酸カリウム、ゲル化剤(増粘多糖類)、香料、ピロリン酸第二鉄		
							こどもパンスライス	小麦粉、砂糖、ショートニング、イースト、食塩、小麦たんぱく、ビタミンC		
★	12	木			○	○	にくうどん	牛肉、油揚げ、たまねぎ、えどな、 ながねぎ 、 生しいたけ 、こんぶ、かつお節、三温糖、しょうゆ みりん、塩	678	903
							ちくわのあおのりあげ	焼きちくわ(すり身(すけとうだら、いとより)、馬鈴薯でん粉、食塩、なたね油、砂糖、ぶどう糖、 加工でん粉)、青のり、小麦粉、塩、米油		
							せとか	せとか(柑橘類)		
							じごなうどん	小麦粉、食塩、小麦たんぱく		
★	13	金	 		○	○	はるさめスープ	とり肉、とうふ、とうもろこし、 にんじん 、はるさめ、チンゲンサイ、ねしょうが、とりガラ、いりごま、ごま油、 こしょう、塩、しょうゆ	710	800
							ユーリンチー	とり肉、酒、塩、こしょう、でん粉、米油、 ながねぎ 、ねしょうが、しょうゆ、酢、三温糖、みりん		
							マーボーだいこん	ぶた肉、だいこん、はねぎ、たけのこ、にんにく、ねしょうが、にら、干しいたけ、米油、酒、みそ、 しょうゆ、三温糖、トウバンジャン、テンメンジャン、でん粉		
							セレクト給食	朝霞第二小学校 6年生		
★	16	月	 		○	○	さんぺいじる	鮭ボール、とうふ、じゃがいも、にんじん、だいこん、こんにゃく、 ながねぎ 、こんぶ、かつお節、しょうゆ、 塩、酒	701	803
							ザンギ	とり肉、ねしょうが、にんにく、三温糖、しょうゆ、酒、でん粉、米油		
							こんぶのいために	ぶた肉、こんぶ、さつま揚げ、にんじん、こんにゃく、ごま油、三温糖、しょうゆ、塩、いりごま		
							セレクト給食	朝霞第六小学校 6年生		

食品の体内でのおもなはたらきは赤・黄・緑のグループに分けられます。バランスよく食べて健康な体をつくりましょう。				小：小学校	中：中学校
おもに体をつくるはたらき（赤）		おもに熱や力のもとになるはたらき（黄）		おもに体の調子を整えるはたらき（緑）	
たんぱく質・無機質など		炭水化物・しぼうなど		ビタミン・無機質など	
	・体をくづける		・元気に運動ができる	・かぜをひきにくい	緑黄色野菜
	・筋肉をつくる	肉・魚・小魚・豆腐 豆類・乳製品・卵	ごはん・パン・麺 いも類・油	・おなかの調子がよい	淡色野菜・果物

	17	火		 コッペパン スライス	○	○	ブロッコリーの こめこポタージュ	ロースハム、ブロッコリー、たまねぎ、じゃがいも、たもぎたけ、米油、米粉、生クリーム、牛乳、 粉チーズ、チキンブイヨン、こしょう、塩	617	766
							レバーフランクフルトの ソースがけ	レバーフランクフルト、トマト、トマトケチャップ、中濃ソース、三温糖、粒入りマスタード、でん粉		
							いよかん	いよかん(柑橘類)		
							コッペパンスライス	小麦粉、乳不使用マーガリン、砂糖、イースト、食塩、小麦たんぱく、ビタミンC		
	18	水		 はつがげんまい いりごはん	○	○	かきたまじる	卵、とうふ、えどな、えのきたけ、 ながねぎ 、しょうゆ、塩、かつお節、でん粉	674	756
							とかちぶたどんのぐ	ぶた肉、たまねぎ、 にんじん 、しらたき、えだまめ、米油、酒、みりん、三温糖、しょうゆ		
							いちご	いちご		
							はつがげんまいりごはん	米、発芽玄米		
	19	木		 ちゅうかめん	○	○	はこだてしおラーメン	とり肉、とうもろこし、にんじん、キャベツ、もやし、なると、きくらげ、 ながねぎ 、にら、にんにく、ねしょうが、 たまねぎ、とりガラ、かつお節、米油、こしょう、しょうゆ、塩	636	826
							あげぎょうざ	ぎょうざ(キャベツ、ぶた肉、豚脂、たまねぎ、粒状大豆たん白、にら、しょうゆ、にんにく、でん粉、 ごま油、食塩、砂糖、しょうが、たん白自己消化物、酵母エキス、こしょう、小麦粉)、米油		
							フルーツあんじん	杏仁豆腐(乳又は乳製品を主要原料とする食品、水あめ、加糖れん乳、砂糖、 砂糖・ぶどう糖果糖液糖、杏仁パウダー、加工でん粉、増粘多糖類、貝カルシウム、乳化剤、 ホエイソルト、pH調整剤、ピロリン酸第二鉄、香料)、りんご、黄桃、白桃、ラ・フランス、砂糖、 クエン酸、クエン酸三ナトリウム、ビタミンC		
							ちゅうかめん	小麦粉、食塩、かんすい		
	20	金		 さいのくに キャロットピラフ	○	○	せんぎりやさいのスープ	とり肉、米油、ごぼう、だいこん、 にんじん 、もやし、パセリ、チキンブイヨン、しょうゆ、こしょう、塩	694	808
							エスカロップ	ヒレカツ(ぶた肉、大豆粉、しょうゆ、食塩、香辛料、植物油脂、加工でん粉、増粘多糖類、パン粉)、 米油、トマトケチャップ、デミグラスソース、たまねぎ、中濃ソース、塩、でん粉		
							コーンソテー	とうもろこし、オリーブ油、こしょう、塩、しょうゆ		
							さいのくに キャロットピラフ	米、にんじん、にんじんペースト、とうもろこし、食用植物油脂、鶏肉、赤ピーマン、食塩、チキンエキス、 砂糖、酵母エキス、白身魚エキス、白こしょう		
	24	火		 はちみつパン	○	○	シエニ・ケイト (きのこのクリームスープ)	ベーコン、ほんしめじ、にんじん、たまねぎ、じゃがいも、パセリ、マッシュルーム、チキンブイヨン、 バター、小麦粉、米油、粉チーズ、牛乳、こしょう、塩	698	875
							とりにくのトマトソースがけ	とり肉、こしょう、塩、白ワイン、オリーブ油、たまねぎ、にんにく、トマト、トマトケチャップ、塩、白ワイン		
							小学校:ツナとキャベツのソテー	ツナ、にんじん、キャベツ、とうもろこし、米油、こしょう、塩、しょうゆ		
							中学校:ツナとキャベツのサラダ	ツナ、にんじん、キャベツ、とうもろこし、きゅうり、米油、こしょう、塩、酢、しょうゆ、砂糖		
	25	水		 もちむぎ ごはん	○	○	ビーフカレー	牛肉、カレー粉、しょうゆ、三温糖、たまねぎ、にんじん、じゃがいも、マッシュルーム、ねしょうが、にんにく、 米油、カレールウ、ガラムマサラ、中濃ソース、トマトケチャップ、塩	798	958
							わかさぎのフリッター	わかさぎのフリッター(わかさぎ(魚卵を含む)、しょうゆ、小麦粉、おきあみ、でん粉、砂糖、米粉、食塩、 あおさ、大豆油、ベーキングパウダー)、米油		
							フルーツかんでん	いちごゼリー(果糖ぶどう糖液糖、砂糖、ぶどう糖、いちご果汁、増粘多糖類、乳酸カルシウム、 香料、酸味料、クエン酸鉄ナトリウム、ビタミンC、着色料)、りんご、パイン、砂糖混合ぶどう糖果糖液糖、 酸味料、酸化防止剤(ビタミンC)、乳酸カルシウム、砂糖、クエン酸、水あめ、寒天(粉末寒天、 ゲル化剤(ジェランガム)、香料、酸味料)		
							もちむぎごはん	米、大麦		
	26	木		 中学校: ちゅうのうソース バターロール	○	○	シーフードスパゲッティ	いか、えび、ほたて、スパゲッティ、ロースハム、たまねぎ、ピーマン、 にんじん 、マッシュルーム、バター、 トマトケチャップ、トマトピューレ、こしょう、塩、中濃ソース、白ワイン、粉チーズ	700	926
							コーンコロッケ	コーンコロッケ(とうもろこし、じゃがいも、たまねぎ、砂糖、食塩、こしょう、パン粉、小麦粉、 とうもろこしでん粉、粉末状大豆たん白、植物油脂)、米油、小学校:中濃ソース		
							せとか	せとか(柑橘類)		
							バターロール	小麦粉、マーガリン、砂糖、植物性生クリーム、イースト、食塩、小麦たんぱく、ビタミンC		
	27	金		 中学校: ちゅうのうソース ごはん	ジ ョ ア	ジ ョ ア	いもだんごじる	とり肉、じゃがいもだんご、油揚げ、だいこん、にんじん、 生しいたけ 、ながねぎ、かつお節、しょうゆ、塩	745	1・2年生
							イカフライ	イカフライ(アカイカ、パン粉(小麦粉、ショートニング、砂糖、食塩、イースト、大豆粉、乳化剤、 イーストフード)、でん粉、こしょう、加工でん粉、増粘剤、増粘多糖類)、米油、小学校:中濃ソース		
							ごもくきんびら	ぶた肉、ごぼう、にんじん、こんにやく、さやいんげん、いりごま、ごま油、みりん、しょうゆ、三温糖、 塩、中学校:一味唐辛子		
							カステラ	小学校、中学1・2年生:カステラ 卵、砂糖、小麦粉、もち米あめ、水あめ、ざらめ糖、トレハロース		
	28	土		 ごはん	ジ ョ ア	ジ ョ ア	おいおいデザート	中学3年生:いちご大福 いちご大福(こしあん(小豆、砂糖、還元水あめ、マルトース、食塩)、もち米、いちご、水あめ、砂糖、 でん粉、食塩、トレハロース、酵素、加工でん粉)	745	973
							ジョア	脱脂粉乳、砂糖、リン酸カルシウム、香料、安定剤(スクシノグリカン)、ビタミンD		
							セレクト給食	朝霞第三小学校 6年生		

18回	○：牛乳が付きます。 小学校：小学校 中学校：中学校 の献立です。 天候不順の影響等、都合により献立及び食材料の変更をすることがありますのでご了承ください。 小学校の栄養価は3・4年生が基準になっています。 丸ごと食べられる魚は、魚卵を含む場合があります。 魚の種類によっては小骨が入っていることがあります。 小魚（ちりめんじゃこ・沖あみなど）や海藻類（わかめ・アオサなど）は、甲殻類を含む場合があります。	基準栄養価	650	830
			21～32	26～41

献立の材料（食材料）に記載されている食品の内容は、下記をご覧ください。

ショルダーベーコン	豚かた肉、食塩、砂糖、香辛料（ナツメグ、コリアンダー、カルダモン、オールスパイス）
ロースハム	豚ロース肉、食塩、砂糖、香辛料抽出物
レバーフランクフルト	豚肉、豚レバー、食塩、砂糖、香辛料
さつま揚げ	すり身（タラ、イトヨリ）、馬鈴薯でん粉、なたね油、ぶどう糖、砂糖、食塩、みりん
つみれ	いわしすり身、いわし、たらすり身、砂糖、食塩、加工でん粉、調味料（アミノ酸等）
生ちくわ	すり身（たら）、馬鈴薯でん粉、砂糖、食塩、ぶどう糖、みりん、魚介エキス（はち）
なると	魚肉（すけそうたら、いとより）、馬鈴薯でん粉、砂糖、食塩、発酵調味液、トマト色素
鮭ボール	鮭、たらすり身、たまねぎ、植物油脂、食塩、清酒、砂糖、酵母エキス、加工でん粉
短冊卵	鶏卵、かつおだし汁、でん粉、砂糖、食塩、酵母エキス、メタリン酸ナトリウム、なたね油
じゃがいもだんご	じゃがいも、加工でん粉、馬鈴薯でん粉、マッシュポテト、食塩、グルコマンナン
米粉マカロニ	米粉
オイスターソース	かき、水あめ、しょうゆ、砂糖液糖、食塩、酒精、加工でん粉、アルコール
トウバンジャン	塩蔵唐辛子、そら豆加工品、そら豆、乾燥唐辛子、食塩、酒精、酸化防止剤（ビタミンC）
テンメンジャン	みそ、砂糖、植物油脂、しょうゆ
粒入りマスタード	醸造酢、からし、植物油脂、食塩、ぶどう発酵調味料、ソテーオニオン、ボークエキスパウダー、香辛料、にんにく、調味料（アミノ酸等）、香辛料抽出物
デミグラスソース	ブラウンルウ、トマトペースト、ソテードオニオン、チキンエキス、にんじん、砂糖、酵母エキス、でん粉、食塩、香辛料
カレールウ	米粉、パーム油、デキストリン、カレー粉、砂糖、食塩、酵母エキス、トマトペースト、馬鈴薯でん粉、ココアパウダー、パンプキンパウダー、 たまねぎ、にんにく、粉末米酢

<<給食費について>>
 ①納期 2月分の納期限は3月2日（月）です。口座振替の方は、2月27日（金）までに入金してください。
 ②還付
 ※月の途中で転出した場合は給食費が還付（又は減額）になることがあります。
 ※**食物アレルギー**や**宗教上の理由等から、1日の給食のすべてを喫食されない場合は**、献立表の内容を確認後、速やかに学校に給食不要の連絡をお願いします。
 また、同様の理由で、**年間を通じて給食を喫食されない場合にも**、学校に給食不要の連絡をお願いします。給食費が減額になります。
 ※**病気や事故その他の理由で長期に給食を食べないことが見込まれる場合は**、学校に給食を止める連絡をお願いします。連絡のあった翌日から給食が停止になります。
 給食停止期間が**連続5日以上となった場合**、その日数により、給食費を還付（又は減額）いたします。
 ※給食費は食材の購入費として使用しています。食材の発注を停止することにより給食費を還付（又は減額）いたしますので、事前の連絡が必要となる事をご了承ください。
 ※**アレルギー性疾患等により牛乳を飲むことができない場合には**、あらかじめ学校に牛乳を止める連絡をしてください。連絡を受けた翌日から牛乳購入金額相当を年度末に還付いたします。