



1月

献立予定表(中学校)

市のホームページにも載せています。



小田原市学校給食センター

日	曜日	献立名	主にエネルギーになる食品 (黄)	主に体の組織をつくる食品 (赤)	主に体の調子を整える食品 (緑)	エネルギー たんぱく質 脂質	kcal	中止など
			醤油・ケチャップ・調味料・香辛料などは、記載していません。	塩分	g	g	g	
9	金	牛乳 肉味噌ごはん(ご飯) トックのお雑煮	ご飯 油 砂糖 片栗粉 さといも トック	牛乳 豚肉 味噌 鶏肉 油揚げなると	しょうがにんじん たまねぎ しいたけ えだまめ ごぼう だいこん こまつな	78.1	29.1 21.3 1.8	
13	火	牛乳 コッペパン 湘南ゴールドジャム 鶏肉のきのこソースかけ 白菜のクリームシチュー	コッペパン 小麦粉 湘南ゴールドジャム 油 片栗粉 オリーブオイル じやがいも バター	牛乳 鶏肉 豚肉 脱脂粉乳	エリンギ しめじ たまねぎ にんじん はくさい コーン ブロッコリー	81.4		
14	水	牛乳 豚キムチ丼(ご飯) もずくスープ	ご飯 ごま油 砂糖 片栗粉 ごま	牛乳 豚肉 鶏肉 豆腐 もずく	にんにく しょうが たまねぎ にんじん 白菜キムチしめじ にら	74.0		
15	木	牛乳 カレー南蛮うどん(ゆで麺) ビーンズサラダ	ゆでめん 片栗粉 砂糖 なたね油 ごまドレッシング	牛乳 豚肉 なると 高野豆腐 ハム 大豆 金時豆 手亡豆	にんじんたまねぎ 長ねぎ コーン きゅうり キャベツ えだまめ	82.4		
16	金	牛乳 麦入りご飯 いかのから揚げ キャベツの塩昆布炒め さつま汁	ご飯 麦 油 片栗粉 ごま油 さつまいも	牛乳 いか 塩昆布 鶏肉 味噌 油揚げ	しょうが キャベツ ごぼう にんじん こんにゃく こまつな	79.6	32.8 22.1 2.9	
19	月	牛乳 ご飯 ポークチャップ 糸昆布の煮物	ご飯 油 砂糖	牛乳 豚肉 鶏肉 昆布 さつま揚げ	にんにくたまねぎ にんじん しめじ いんげん ごぼう つきこんにやく こまつな	77.3		
20	火	牛乳 ぶどうパン ポテトグラタン 野菜ソテー	ぶどうパン 油 小麦粉 パン粉 バター じやがいも	牛乳 鶏肉 脱脂粉乳 チーズ ウインナー	にんじんたまねぎ パセリ キャベツ ピーマン コーン いんげん	78.1		
21	水	牛乳 親子丢(ご飯) 豆腐ハンバーグ梅おろしがけ みかんヨーグルト	ご飯 油 砂糖 おふ 片栗粉	牛乳 鶏肉 卵 豆腐ハンバーグ みかんヨーグルト	にんじんたまねぎ しらたき みつば だいこん 梅干し 葉ねぎ	79.3		

小田原市学校給食展のお知らせ



テーマ きゅうしょくだいすき! ーおだわらの豊かな恵みを子どもたちへー

○ 日時 令和8年1月26日(月)~1月30日(金) 平日9:00~16:30

○ 場所 小田原市学校給食センター

○ 内容 ★学校給食の紹介パネルの展示 ★見学ブースからの調理場見学 ★実際に使用している食器・器具の展示 ★回転釜の体験 ★給食センター紹介・食育の取り組みの動画の放映
★クイズラリーの実施

※ 市のホームページに学校給食展について掲載しますので、ご覧ください。



今月の小田原産

～給食で使用する、地場産物を紹介します～

さばふぐ・なると・さつま揚げ・ちくわ
地魚はんぺん・里芋・梅干し食材料は給食費と
市の補助金で
まかなわれています。

小田原市の学校給食では、平成24年度9月から給食で使用する食材の放射性物質検査を実施しています。

検査結果については、市のホームページでお知らせしています。

日	曜日	献立名	主にエネルギーになる食品 (黄)	主に体の組織をつくる食品 (赤)	主に体の調子を整える食品 (緑)	エネルギー たんぱく質 脂質	kcal g g	中止など
			醤油・ケチャップ・調味料・香辛料などは、記載していません。				塩分	
22	木	牛乳 しょうゆラーメン(ホットラーメン) キャラメルミルクさつま芋	ホットラーメン 油 さつまいも バター 砂糖	牛乳 豚肉 なると わかめ	にんじん もやし キャベツ めんま 長ねぎ	885 31.1 28.0 3.1		白鷗2年 白山7.8組
23	金	牛乳 ご飯 自身魚チリソースかけ 白菜と肉団子のスープ	ご飯 片栗粉 油 ごま油 砂糖	牛乳 メルルーサ 鶏肉 肉団子	にんにくしょうが 長ねぎ にんじん しいたけ はくさい もやし にら	807 34.1 26.3 2.4		
26	月	牛乳 ご飯 豚肉と玉ねぎの梅肉炒め 地魚はんぺんのカレー揚げ	小田原献立 ご飯 油 砂糖 片栗粉	牛乳 豚肉 はんぺん	にんにくにんじん たまねぎ 梅干し いんげん	760 28.7 22.6 1.8		
27	火	牛乳 食パン スライスチーズ ママレードチキン ビーフンスープ	食パン 油 マーマレード ビーフン ごま油	牛乳 チーズ 鶏肉 豚肉	にんにくしょうが にんじん もやし しいたけ こまつな	783 40.9 36.7 3.6		
28	水	牛乳 ご飯 さばふぐのから揚げ おだわらっ子おでん ももタルト	小田原献立 ご飯 油 砂糖 片栗粉 さといも ももタルト	牛乳 さばふぐ 昆布 ちくわ さつま揚げ	しょうが にんじん だいこん こんにゃく	788 26.0 19.6 2.1		
29	木	牛乳 味噌ラーメン(ホットラーメン) クリスピーチキン 野菜のドレッシング和え	ホットラーメン ごま油 油 小麦粉 コーンフレーク イタリアンドレッシング	牛乳 豚肉 味噌 鶏肉	しょうが にんにく にんじん コーン もやし にら きくらげ キャベツ	898 39.7 29.0 3.6		
30	金	牛乳 ドライカレー(麦入りご飯) コーンとポテトのソテー	ご飯 麦 油 小麦粉 じゃがいも	牛乳 豚肉 レバーチップ ひよこ豆 ウインナー	にんにくしょうが セロリー にんじん たまねぎ パセリ グリンピース コーン	735 25.1 21.1 2.1		

※給食で使用されている生鮮食品(野菜・肉・魚)の産地を毎日学校へお知らせしています。

※揚げ油は、2回程度使用しています。

※物資の都合により、献立が変更になる場合があります。

※アレルギーのある方は、確認献立表の表示を見てください。

★市ホームページに給食の写真を掲載しています。



主食について
主食の米飯・パン・麺製品につきましては、同じラインでアレルゲンとなるそば・卵・えび等を使用した製品を製造している場合があります。ご不明な点がありましたら学校給食センター(36-7512)までご連絡ください。

[URL]
https://www.city.odawara.kanagawa.jp/field/edu-ch/education/sl/menu/school_lunch/menu_center/

郷土料理ってなあ～に?

『郷土料理』とは、その地域でとれる食材を使って、その土地にあった調理法で作られる昔から食べられてきた伝統的な料理のことです。
同じ食材でも、各地域によって調理方法や味つけがちがいます。
みなさんが毎日食べている学校給食にも、神奈川県で作られた食材を使った「郷土料理」をだしています。

◆けんちん汁(鎌倉)



◆サンマーメン(横浜)



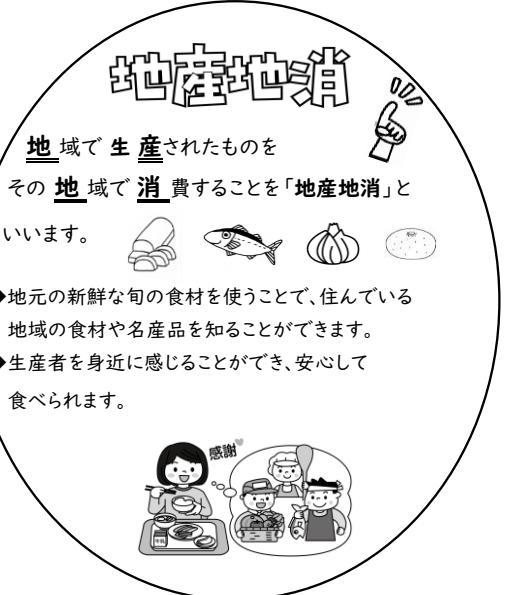
学校給食では、小田原市産の食材を積極的に取り入れるように
心がけて献立を考えています。



給食ナビ

お子さんが通う学校
給食の献立確認や、簡単なアレルギーチェックができるアプリです。
▲iPhone用 ▲Android用

<https://9navi.com/login.php>



11月分の納期限は1月5日です。1月分の納期限は3月2日です。
口座振替の方は、納期限が振替日となります。残高のご確認をお願いします。