



1月

献立予定表(中学校)



小田原市国府津学校給食共同調理場

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		
9	金	牛乳(さくら飯) 五目ご飯 白玉雑煮		さくら飯 油 砂糖 白玉	牛乳 豚肉 油揚げ 大豆 鶏肉 梅なると	つきこんにやく にんじん えだまめ だいこん こまつな	803 29.8 23.9 3.0	
13	火	牛乳(ご飯) ハヤシライス ハムと野菜のソテー		ご飯 油 マーガリン 小麦粉	牛乳 豚肉 ハム	にんにくたまねぎ にんじん コーン キャベツ	805 25.2 24.0 3.0	
14	水	牛乳(ホットラーメン) 塩コーンラーメン 高野豆腐のから揚げ		ホットラーメン 油 砂糖 片栗粉	牛乳 豚肉 なると 凍り豆腐	にんにくしょうが にんじん もやし キャベツ コーン 長ねぎ	809 31.9 25.3 3.4	
15	木	牛乳 麦入りご飯 鮭の塩焼き 豚汁 ★青のり粉ふきいも		ご飯 麦 油 ごま油 じやがいも	牛乳 さけ 豚肉 豆腐 味噌 青のり	ごぼう にんじん こんにゃく だいこん 長ねぎ	771 34.7 22.4 2.9	★ 3品 献立
16	金	牛乳(ご飯) プルコギ丼 鶏だしスープ		ご飯 ごま油 砂糖 片栗粉	牛乳 豚肉 味噌 鶏肉 わかめ	にんにくしょうが たまねぎ にんじん ピーマン	791 29.3 22.6 2.4	
19	月	牛乳 ぶどうパン 神奈川大豆のポークビーンズ キャベツとウインナーのソテー		ぶどうパン 油 じやがいも 砂糖	牛乳 ベーコン 大豆 ウインナー	にんにく にんじん たまねぎ こまつな コーン キャベツ	764 28.8 28.5 2.8	
20	火	牛乳 麦入りご飯 鰯のカリカリ揚げ 地魚つみれ風汁 みかん		ご飯 麦 油	牛乳 あじの干物 豚肉 味噌 地魚ハンバーグ	だいこん にんじん 葉ねぎ みかん	797 35.2 25.2 2.9	
21	水	牛乳(ソフト麺) カレーソース 湿野菜 玉ねぎドレッシング		ソフトめん 油 マーガリン 小麦粉 玉ねぎドレッシング	牛乳 豚肉 大豆ミート 豆乳	にんにく にんじん たまねぎ りんごソース キャベツ コーン	855 30.6 24.8 2.5	

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~



梅なると・なると・鰯・さつま揚げ・ちくわ・さば・ふぐ・葉ねぎ・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 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。				
22	木	牛乳 (ご飯) ◎チキン味噌カツ丼 切干大根の煮物	ご飯 油 小麦粉 パン粉 砂糖 ごま	牛乳 鶏肉 味噌 豚肉 さつま揚げ	にんじん つきこんにやく 切り干し大根 こまつな	840 32.4 25.4 1.7	◎卒業生 の リクエスト メニュー です
23	金	牛乳 ご飯 ハンバーグ梅おろしソース おだわらっ子おでん	献立	ご飯 油 砂糖 さといも	牛乳 ハンバーグ 昆布 竹輪 揚げボール がんもどき	775 27.4 22.0 3.0	
26	月	牛乳 (食パン) ◎ココアトースト ABCスープ チーズ	食パン マーガリン 砂糖 油 じゃがいも マカロニ	牛乳 ベーコン チーズ	にんじん たまねぎ キャベツ	752 28.0 36.9 3.4	
27	火	牛乳 麦入りご飯 さばふぐのから揚げ 神奈川わかめのみそ汁 ★キャベツの塩昆布炒め	献立	ご飯 麦 油 砂糖 片栗粉 さつまいも ごま油	牛乳 さばふぐ 油揚げ 豆腐 味噌 わかめ 塩昆布	754 25.8 20.4 2.1	★ 3品 献立
28	水	牛乳 (ホットラーメン) 梅丸ラーメン コーンシュウマイ ヨーグルト		ホットラーメン 油	牛乳 豚肉 梅なると コーン焼売 ヨーグルト	831 35.1 19.4 3.7	
29	木	牛乳 麦入りご飯 鶏の香味焼き 塩肉じゃが		ご飯 麦 油 ごま油 じゃがいも 砂糖	牛乳 鶏肉 豚肉	801 34.9 26.5 1.7	
30	金	牛乳 (ご飯) まぜまぜチキンライス 野菜コンソメスープ ◎ミルメークココア		ご飯 マーガリン 油 じゃがいも	牛乳 鶏肉 ウインナー ミルメークココア	758 24.6 21.9 2.2	◎卒業生 の リクエスト メニュー です

※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、3回程度使用しています。

【国府津共同調理場】



※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。

★市のホームページに給食の写真を掲載しています。

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

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国府津学校給食共同調理場(48-1862)までご連絡ください。

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つた「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。



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。

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

地産地消
地域で生産されたものを
その地域で消費することを「地産地消」と
いいます。



◆地元の新鮮な旬の食材を使うことで、住んでいる
地域の食材や名産品を知ることができます。
◆生産者を身近に感じることができ、安心して
食べられます。



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。