


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	kcal	中止など
			醤油・ケチャップ・調味料・香辛料などは、記載してありません。			脂質	g	
						塩分	g	
9	金	牛乳 (ご飯) 五目ご飯 白玉雑煮  鏡開き 献立 	ご飯 油 砂糖 白玉	牛乳 豚肉 大豆 油揚げ 鶏肉 梅なると	にんじん ごぼう たけのこ 枝豆 大根 小松菜 	778		
						28.6		
						23.7		
						1.8		
13	火	牛乳 グレープゼリー コッペパン ミートボール 白菜のクリームシチュー	コッペパン 油 砂糖 じゃがいも マーガリン 小麦粉 グレープゼリー	牛乳 肉だんご 鶏肉 脱脂粉乳	玉ねぎ コーン にんじん 白菜 小松菜	799		
						33.0		
						31.0		
						2.9		
14	水	牛乳 ご飯 鮭の塩焼き 豚汁 ★青のり粉ふきいも	ご飯 油 ごま油 じゃがいも	牛乳 鮭 豚肉 豆腐 みそ 青のり	ごぼう にんじん こんにゃく 大根 長ねぎ	761		★3品 献立 
						34.2		
						22.1		
						2.9		
15	木	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 高野豆腐	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	832		
						34.2		
						27.2		
						3.4		
16	金	牛乳 (麦入りご飯) ハヤシライス ハムと野菜のソテー	ご飯 麦 油 マーガリン 小麦粉	牛乳 豚肉 ハム	にんにく 玉ねぎ にんじん キャベツ 小松菜	778		
						24.9		
						23.9		
						2.9		
19	月	牛乳 ご飯 ハンバーグ梅おろしソース とろみ汁	ご飯 油 砂糖 片栗粉	牛乳 ハンバーグ 豚肉 油揚げ	大根 梅干し にんじん 玉ねぎ ごぼう 小松菜	748		
						26.7		
						23.4		
						2.4		
20	火	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 じゃがいも 砂糖	牛乳 ベーコン ウインナー 大豆	にんにく にんじん 玉ねぎ 小松菜 コーン キャベツ	778		
						29.7		
						30.3		
						2.9		
21	水	牛乳 ◆小田原献立◆ ご飯 鰯のカリカリ揚げ 塩肉じゃが 	ご飯 砂糖 油 ごま油 じゃがいも	牛乳 鰯の干物 豚肉	にんにく にんじん 玉ねぎ しらたき 枝豆	797		
						36.4		
						26.4		
						2.3		

 テーマ

小田原市学校給食展のお知らせ

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をしますので、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～

なると・鰯の干物・さばふぐ・梅なると  
小松菜・揚げボール・ちくわ・みかん

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	
							たんぱく質		g
							脂質		g
醤油・ケチャップ・調味料・香辛料などは、記載してありません。						塩分	g		
22	木	牛乳 (ソフトめん) カレーソース 温野菜 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 玉ねぎ コーン りんごソース キャベツ	855			
						30.6			
						24.8			
						2.5			
23	金	牛乳 ご飯 チキンみそカツ 切干大根の煮物	ご飯 砂糖 油 ごま 小麦粉 パン粉	牛乳 鶏肉 みそ 豚肉 さつま揚げ	にんじん つきこんにゃく 切干大根 小松菜	800			
						31.4			
						23.5			
						1.7			
26	月	牛乳 ◆小田原献立◆ ご飯 さばふぐのから揚げ 神奈川わかめのみそ汁 ★キャベツの塩こんぶ炒め 	ご飯 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 みそ	しょうが にんじん 大根 長ねぎ キャベツ	757		★3品献立 	
						25.8			
						20.3			
						2.1			
27	火	牛乳 食パン りんごジャム 豚肉のコロッケ ☆ボルシチ 《ロシアの料理》	食パン りんごジャム 油 コロッケ じゃがいも	牛乳 豚肉	にんにく 玉ねぎ にんじん ビーツ キャベツ トマト パセリ	770		↑ 学校給食週間 26日～30日 「世界の料理を紹介します」 	
						26.8			
						29.5			
						2.6			
28	水	牛乳 (ご飯) 《韓国の料理》 ☆プルコギ丼 ☆サムゲタン風スープ	ご飯 玄米 ごま油 砂糖 片栗粉	牛乳 豚肉 鶏肉 みそ	にんにく しょうが 玉ねぎ にんじん ピーマン 長ねぎ えのきたけ	779			
						29.7			
						20.2			
						2.3			
29	木	牛乳 ヨーグルト (ホットラーメン) ◆小田原献立◆ 梅丸ラーメン コーンシュウマイ 	ホットラーメン 油 	牛乳 豚肉 梅なると コーンシュウマイ ヨーグルト	にんにく しょうが にんじん もやし キャベツ 梅干し 長ねぎ	835			
						35.1			
						20.4			
						3.4			
30	金	牛乳 ◆小田原献立◆ 麦入りご飯 鶏肉の香味焼き おだわらっ子おでん みかん 	ご飯 麦 油 里芋	牛乳 鶏肉 昆布 揚げボール ちくわ がんもどき	にんにく しょうが 玉ねぎ 大根 にんじん こんにゃく みかん	781			
						30.7			
						22.8			
						2.4			

※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。

※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/si/menu/school\\_lunch/menu\\_tachibana/](https://www.city.odawara.kanagawa.jp/field/edu-ch/education/si/menu/school_lunch/menu_tachibana/)



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ギーとなるそば・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橘学校給食共同調理場(43-0112)までご連絡ください。

※給食ナビは、給食中止日でも献立が掲載されますので、ご承知ください。

**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。

QRコード

iPhone用 Android用

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

# 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。



## 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。