

令和7年度

2月給食献立予定表

富士市立吉原北中学校

日	献立名	アレルギー	主に体の組織をつくる		主に体の調子を整える		主にエネルギーになる		その他の食品	エネルギー (kcal) たんぱく質 (g) しじつ (g)
			たんぱく質	無機質	カロテン	ビタミンC・食物繊維	炭水化物	脂質		
2 (月)	牛乳	乳	3-1 希望献立							763
	揚げパン	小麦 乳					パン 砂糖	油		
	ポテトミルクスープ	鶏肉 乳	鶏肉	牛乳	にんじん	たまねぎ コーン	じゃがいも	バター 油	塩 ブイヨン	25.9
	コールスローサラダ	豚肉	ベーコン	脱脂粉乳			上新粉		ワイン こしょう	32.3
3 (火)	牛乳	乳	3年生給食なし		牛乳					773
	ごはん						ごはん			
	のり佃煮	大豆		のり佃煮						29.8
	がんもどきと大根のうま煮	大豆 やまいも 鶏肉 豚肉 ごま	がんもどき つくね		にんじん さやいんげん	だいこん ししいたけ しょうが	砂糖 でん粉	油	鰯だし 酒 しょうゆ みりん	25.6
4 (水)	ほうれん草とキャベツのマヨネーズあえ	大豆 鶏肉	鶏肉		ほうれんそう	キャベツ		ノンエッグマヨネーズ	しょうゆ	
	牛乳	乳	3年生給食なし		牛乳					765
	ごはん						ごはん			
	鶏みそおでん	卵 大豆	厚揚げ うすら卵 鶏肉	こんぶ	にんじん	だいこん こんにゃく	じゃがいも		鰯だし 酒	29.4
5 (木)	白菜のごまびたし	鶏肉	揚げボール ちくわ みそ			しょうが	砂糖		塩 みりん しょうゆ	19.4
	りんごゼリー	ごま	鰹節		こまつな	はくさい		ごま	しょうゆ 鰯だし	
	牛乳	乳					ゼリー			
	ごはん						ごはん			782
6 (金)	鰯(いわし)の生姜煮		鰯の生姜煮							31.7
	五目きんぴら	豚肉 ごま	豚肉		にんじん	ごぼう こんにゃく	砂糖	油 ごま	塩 酒 七味	24.9
	すまし汁	大豆 小麦	豆腐 かまぼこ		かまぼこ	しいたけ			しょうゆ みりん	
	福豆	大豆 小麦	福豆		こまつな にんじん				昆布だし 鰯だし 酒 塩 しょうゆ	
9 (月)	牛乳	乳								787
	モンゴルふうスーフうどん	小麦					うどん			
	パオズ	豚肉 牛肉	豚肉		にら	はくさいたまねぎ もやし	じゃがいも	油	塩 ごしょう 酒 しょうゆ	41.9
	にんじんサラダ	鶏肉 ゼラチン	牛肉			根深ねぎ ししいたけ しょうが にんにく			ガラスープ 鶏豚がうだし	26.6
10 (火)	ごはん								ブイヨン バイタン みりん	
	鯖(さば)のカレー揚げ	小麦 さば	鯖		にんじん	きゅうり		ノンエッグマヨネーズ	塩 こしょう ガーリックパウダー	
	金時豆の甘煮	豚肉 小麦 大豆 ごま	パオズ		にんじん					
	飛鳥汁	大豆	まぐろツナ							
12 (木)	牛乳	乳								888
	ごはん						ごはん			
	鯖(さば)のカレー揚げ	小麦 さば	鯖				小麦粉	油	塩 カレー粉 こしょう 酒	35.9
	金時豆の甘煮	鶏肉	鶏肉	牛乳	にんじん	だいこん ごぼう ひらたけ	金時豆 砂糖		しょうゆ 塩	32.1
13 (金)	飛鳥汁	乳	みそ		こまつな	根深ねぎ しょうが ししいたけ	じゃがいも		鰯だし みりん	
	牛乳	乳							ブイヨン	
	ごはん						ごはん			790
	ししゃもフライ	小麦 大豆		ししゃもフライ						
16 (月)	炒り豆腐	大豆 豚肉	豆腐 豚肉		葉ねぎ	たけのこ ししいたけ	砂糖	油	塩 こしょう 酒	33.8
	塩キャベツ	卵	卵		にんじん	たまねぎ しらだき			しょうゆ みりん	26.9
	塩キャベツ					キャベツ			塩	
給食はありません。お弁当を持ってくるください。										
13 (金)	牛乳	乳	3-2 希望献立							755
	ごはん						ごはん			
	鶏肉のから揚げ	鶏肉	鶏肉			しょうが	でん粉	油	しょうゆ 塩 酒 こしょう	26.3
	海藻サラダ	ごま		かいそう	にんじん	キャベツ きゅうり コーン		ごま	塩 ドレッシング	21.6
16 (月)	大根と油揚げのみそ汁	大豆	油揚げ みそ		葉だいこん	だいこん			鰯だし	
	サイダーかん			寒天						
	牛乳	乳								
	九州ラーメン	小麦		牛乳			中華麺			774
16 (月)	九州ラーメン	豚肉 ゼラチン	焼豚		にんじん	キャベツ たけのこ 根深ねぎ		ごま	鰯だし ガラスープ 鶏豚がうだし	39.2
	真珠団子	鶏肉 ごま			こまつな	きくらげ しょうが にんにく			バイタン 酒 塩 こしょう	
	真珠団子	豚肉	豚肉			根深ねぎ しょうが	もち米		酒 しょうゆ	22.2
	真珠団子					しいたけ	でん粉 砂糖		塩 こしょう	

\*食物アレルギーなどで食品の確認が必要な場合は、学校にお問い合わせください。記載されている栄養価は、2年生の数値です。

○富士市では、国のアレルギー表示基準に基づき、下記の28食品を『アレルギー』欄に記載します。  
卵 乳 小麦 そば 落花生 えび かに くるみ あわび いか いくら オレンジ キウイフルーツ 牛肉 さけ さば  
大豆 鶏肉 豚肉 マカダミアナッツ もも やまいも りんご ゼラチン バナナ カシューナッツ ごま アーモンド  
\*次の( )内由来のアレルゲンについては、アレルギー症状をおこしにくいいため、アレルゲンを表示しません。  
小麦(しょうゆ、酢、みそ) 大豆(大豆油、しょうゆ、みそ) ごま(ごま油) 魚類(鰹だし、鰯だし、鯖だしなど)

令和7年度

2

月給食献立予定表

富士市立吉原北中学校

日	献立名	アレルゲン	主に体の組織をつくる		主に体の調子を整える		主にエネルギーになる		その他の食品	エネルギー (kcal) たんぱく質 (g) しじつ (g)
			たんぱく質	無機質	カロテン	ビタミンC・食物繊維	炭水化物	脂質		
17 (火)	牛乳 *ふじっぴー給食	乳		牛乳						803
	ごはん						ごはん			
	黒はんぺんのお茶揚げ	小麦 さば	黒はんぺん		茶		小麦粉	油	塩	28.4
	塩もみ野菜					キャベツ きゅうり			塩	
	チンゲンサイのスープ	豚肉 鶏肉 大豆	鶏肉 豆腐		チンゲンサイ にんじん	きくらげ			だし ガラスープ 塩 醤油 しょうゆ	25.4
18 (水)	牛乳	乳		牛乳			ゼリー			763
	ごはん						ごはん			
	さげふりかけ	さけ ごま							さげふりかけ	
	ポルシチ	鶏肉 豚肉 牛肉	豚肉		にんじん	たまねぎ キャベツ かぶ根	じゃがいも	油	塩 こしょう クチャップ	33.6
	ほうれん草とハムのサラダ	小麦 大豆 りんご	牛肉		トマト かぶ根	マッシュルーム にんにく			ワイン プイオン ソース チョコラスソース	21.4
19 (木)	牛乳	乳		牛乳						809
	肉丼	豚肉	豚肉		にんじん	たまねぎ しらたき	ごはん		酒 しょうゆ	33.7
	白菜と豆腐のみそ汁	大豆	かまぼこ		さやいんげん		砂糖		みりん	
	クレープ (おかんソース)	大豆	豆腐 みそ	わかめ	葉ねぎ	はくさい ひらたけ	クレープ		鰯だし	21.8
	牛乳	乳		牛乳						
20 (金)	ロールパン	小麦 乳		牛乳			ロールパン			812
	フランクフルトクチャップソースかけ	豚肉 りんご	フランクフルト				砂糖		クチャップ ワイン ソース 洋辛子	38.9
	ゆでキャベツ					キャベツ				
	ポトフ	豚肉 鶏肉	豚肉 ベーコン		ブロッコリー にんじん	たまねぎ だいこん セロリー	じゃがいも		プイオン 塩 こしょう しょうゆ	39.8
	チーズ	乳	チーズ							
24 (火)	牛乳	乳		牛乳						819
	ホークカレー	豚肉 鶏肉 りんご	豚肉		にんじん	たまねぎ りんご	じゃがいも	油	塩 こしょう プイオン	29.3
	コールスローサラダ	小麦 大豆 乳			しょうが にんにく		カレールウ		クチャップ チャツネ ソース	
	ネーブル				にんじん	キャベツ コーン	ドレッシング		塩	22.1
	牛乳	乳		牛乳						
25 (水)	食パン メイプルジャム	パン小麦 乳		牛乳			パン ジャム			770
	けんちんうどん	鶏肉 小麦	鶏肉		にんじん	だいこん ごぼう	うどん		鰯だし 塩	35.4
	大豆の甘辛揚げ	大豆 ごま	油揚げ		葉ねぎ	しいたけ	さといも		しょうゆ みりん	
			大豆	煮干し			砂糖 でん粉	油 ごま	しょうゆ みりん	26.4
	牛乳	乳		牛乳						
26 (木)	ピビンバ	乳		牛乳			ごはん			788
	(肉と野菜の炒めもの)	牛肉 豚肉	牛肉 豚肉		ほうれんそう	たけのこ しょうが にんにく	砂糖 でん粉	油 ごま油	塩 こしょう 酒 しょうゆ	34.3
	(大根とにんじんのナムル)	ごま			にんじん	だいこん	砂糖	ごま	塩 酢	
	わかめスープ	豚肉 鶏肉 卵	卵	わかめ	葉ねぎ	たまねぎ	でん粉		だし こしょう 塩 しょうゆ 醤油 ガラスープ	23.5
	チーズ	乳	チーズ							
27 (金)	牛乳	乳		牛乳						869
	ごはん かつおふりかけ				にんじん	たまねぎ	ごはん		ふりかけ	
	手作り大豆コロッケ	豚肉 大豆	豚肉				じゃがいも パン粉	油	塩 こしょう	26.9
	塩キャベツ	小麦	大豆				小麦粉 砂糖		しょうゆ	
	大根のみそ汁	大豆	豆腐 みそ	わかめ	葉だいこん	だいこん			塩 鰯だし	31.9

\*食物アレルギーなどで食品の確認が必要な場合は、学校にお問い合わせください。

記載されている栄養価は、2年生の数値です。

○富士市では、国のアレルギー表示基準に基づき、下記の28食品を『アレルゲン』欄に記載します。

卵 乳 小麦 そば 落花生 えび かに くるみ あわび いか いくら オレンジ キウイフルーツ 牛肉 さけ さば

大豆 鶏肉 豚肉 マカダミアナッツ もも やまいも りんご ゼラチン パナナ カシューナッツ ごま アーモンド

\*次の( )内由来のアレルゲンについては、アレルギー症状をおこしにくいいため、アレルゲンを表示しません。

小麦(しょうゆ、酢、みそ) 大豆(大豆油、しょうゆ、みそ) ごま(ごま油) 魚類(鰹だし、鰯だし、鯖だしなど)

どんな給食？

ふじっぴー給食を味わおう

2月23日「ふじさんの日」の前後に、「ふじっぴー給食」を実施しています。

「ふじっぴー給食」は、静岡県の食材の良さを知り、生産者の皆さんに感謝の気持ちをもつことを目的として行われます。富士山の豊かな恵みに感謝して、地元の食材を味わいましょう。



今年の「ふじっぴー給食」は

牛乳

富士宮市の朝霧高原で育った乳牛からしぼった生乳を使用しています。

ごはん

お米は静岡県産です。毎年11～12月頃には富士市産の新米も使用します。

黒はんぺんのお茶揚げ

お茶は料理に使うこともおすすめです。給食では、黒はんぺんに静岡県産の茶葉を使った衣をつけて揚げます。

塩もみ野菜

富士市では水稲の裏作としてキャベツ栽培が盛んに行われてきました。伝法地区を中心に富士市全域で作られています。

チンゲンサイのスープ

静岡県は、チンゲンサイの生産量が全国2位です。浜松市や湖西市で多く栽培されています。

富士山ゼリー

2層仕立てのゼリーで、逆さにすると、山頂に雪が積もった雄大な富士山のように見えます。