令和7年度（2月2日～2月13日）

2月　小学校給食献立表

川西市教育委員会

※食材の入荷状況により、献立内容を変更することがあります。

リクエスト給食

日・曜	2日(月)	3日(火)	4日(水)	5日(木)	6日(金)	9日(月)	10日(火)	12日(木)	13日(金)
献立名	牛乳 白飯 野菜スープ 煮込みハンバーグ ぶどうかん	牛乳 白飯 ゆずか汁 いわしのかばやき はくさいのあえもの いり大豆	牛乳 白飯 わかめスープ いかの甘辛煮 きゃべつのあえもの	牛乳 白飯 ラーメン ほうれんそうサラダ	牛乳 白飯 ちくぜん煮 しろなの煮びたし	牛乳 ハヤシライス 発芽玄米入りごはん ハッシュドビーフ ジャーマンポテト	牛乳 白飯 さといものみそ汁 豚肉とだいこんの煮物 カットフルーツ	牛乳 白飯 はるさめの卵スープ さばのチョリム もやしのあえもの	牛乳 白飯 ぼたん汁 さけのからあげ きゃべつの煮びたし
材料名および使用量（g）	牛乳 1本 ○ 精白米 75 □ 水 101 ベーコン 5 ○ はくさい 40 △ ホールコーン(冷) 20 △ にんじん 15 △ ほうれんそう 5 △ しょうゆ(淡) 2 ぶどう酒(白) 1 塩 0.6 こしょう(白) 0.02 ガーリック 0.02 鶏手羽先(だし用) 15 にんじん(だし用) 0.5 たまねぎ(だし用) 0.5 ベーリーフ 0.03 水 120 ハンバーグ(冷) 1こ ○ たまねぎ 7 △ サラダ油 1 □ ケチャップ 8 ぶどう酒(赤) 3 ソース(ｳｽﾀｰ) 1 水 20 ぶどう果汁 25 △ 寒天(フレーク) 0.6 ○ さとう(上白) 5 □ 水 25	牛乳 1本 ○ 精白米 75 □ 水 101 ゆず 0.2 △ 油あげ(冷) 3 ○ だいこん 25 △ にんじん 10 △ えのきだけ 5 △ 水菜 3 △ みそ(白) 8 ○ しょうゆ(淡) 2 けずりぶし(だし用) 2 煮干し(だし用) 1 水 130 いわし(一口・冷) 40 ○ でんぷん 4 □ てんぷら油 5 □ しょうゆ(濃) 1.5 さとう(三温) 1 □ みりん 1 清酒 1 さんしょう 0.02 はくさい 55 △ いりごま 0.5 □ しょうゆ(淡) 1 酢 0.5 さとう(三温) 0.2 □ いり大豆(個装) 1袋 ○	牛乳 1本 ○ 精白米 75 □ 水 101 わかめ(乾) 0.6 ○ 豚肉(スライス) 20 ○ にんじん 15 △ 緑豆もやし 15 △ しょうゆ(淡) 4 清酒 1 塩 0.2 こしょう(白) 0.02 ガーリック 0.02 煮干し(だし用) 1 こんぶ(だし用) 0.5 水 120 いか(輪・冷) 50 ○ しょうゆ(濃) 2.7 さとう(三温) 2.5 □ みりん 0.5 きゃべつ 30 △ にんじん 5 △ しょうゆ(淡) 2 酢 0.5 さとう(三温) 0.2 □	牛乳 1本 ○ 精白米 60 □ 水 81 中華めん(冷) 40 □ 豚肉(スライス) 20 ○ にんじん 15 △ きゃべつ 15 △ 緑豆もやし 15 △ 葉ねぎ 3 △ しょうゆ(淡) 4 清酒 1 塩 0.4 こしょう(白) 0.02 ガーリック 0.02 ごま油 0.3 □ 鶏手羽先(だし用) 15 葉ねぎ(だし用) 1 にんじん(だし用) 0.5 しょうが(だし用) 0.3 △ にんにく(だし用) 0.2 水 130 ほうれんそう 30 △ まぐろ油漬(ﾌﾚｰｸ) 10 ○ ホールコーン(冷) 10 △ しょうゆ(濃) 1.5 酢 1 さとう(三温) 0.2 □ こしょう(白) 0.01	牛乳 1本 ○ 精白米 75 □ 水 101 鶏肉(若5) 20 ○ 厚揚げ(冷) 20 ○ さといも 30 □ 板こんにゃく 20 △ にんじん 20 △ たけのこ(水煮) 20 △ れんこん 15 △ ごぼう(乱切) 15 △ 干し椎茸(ﾎｰﾙ) 0.5 △ サラダ油 1 □ しょうゆ(濃) 6 さとう(三温) 3 □ みりん 1 水 20 しろな 30 △ にんじん 5 △ ちくわ 10 ○ しょうゆ(淡) 1.5 みりん 0.5 けずりぶし(だし用) 1 水 5	牛乳 1本 ○ 精白米 75 □ 発芽玄米 5 □ 水 108 牛肉(細切) 30 ○ たまねぎ 70 △ にんじん 20 △ ﾏｯｼｭﾙｰﾑ(水煮) 15 △ にんにく 0.3 △ サラダ油 1 □ 小麦粉 6 □ バター(調) 6 □ トマトペースト 8 △ ソース(ｳｽﾀｰ) 4 しょうゆ(濃) 2 ぶどう酒(赤) 1 塩 0.2 こしょう(白) 0.02 パプリカパウダー 0.02 水 70 じゃがいも 40 □ ベーコン 5 ○ たまねぎ 15 △ パセリ 0.5 △ サラダ油 0.5 □ 酢 1 さとう(三温) 0.5 □ 塩 0.15 こしょう(白) 0.01 ガーリック 0.01	牛乳 1本 ○ 精白米 75 □ 水 101 さといも 20 □ 豆腐(冷) 20 ○ 油あげ(冷) 5 ○ わかめ(乾) 0.5 ○ にんじん 15 △ 葉ねぎ 3 △ みそ(赤) 9 ○ けずりぶし(だし用) 2 水 120 豚肉(スライス) 20 ○ だいこん 45 △ サラダ油 0.5 □ しょうゆ(濃) 3 さとう(三温) 2 □ みりん 0.5 いよかん 1袋 △	牛乳 1本 ○ 精白米 75 □ 水 101 ＊ 鶏卵 20 ○ はるさめ 2 □ たまねぎ 20 △ きゃべつ 20 △ ホールコーン(冷) 10 △ 干し椎茸(ｽﾗｲｽ) 0.5 △ サラダ油 0.5 □ XO醤(ｴｯｸｽｵｰｼﾞｬﾝ) 0.2 清酒 1 塩 0.7 しょうゆ(淡) 0.5 こしょう(白) 0.02 ガーリック 0.02 ごま油 0.3 □ 鶏手羽先(だし用) 15 葉ねぎ(だし用) 1 にんじん(だし用) 0.5 しょうが(だし用) 0.3 △ にんにく(だし用) 0.2 でんぷん 1 □ 水 120 さば(50・冷) 1切 ○ 葉ねぎ 2 △ にんにく 0.2 △ さとう(三温) 2 □ みそ(赤) 2 ○ しょうゆ(濃) 2 酢 1 カイエンペッパー 0.03 水 20 緑豆もやし 35 △ にんじん 5 △ しょうゆ(淡) 2 酢 0.5 さとう(三温) 0.2 □ 辛子 0.03	牛乳 1本 ○ 精白米 75 □ 水 101 いのしし肉 10 ○ 豚肉(スライス) 10 ○ さんしょう 0.02 だいこん 30 △ にんじん 15 △ ごぼう(ささがき) 5 △ つきこんにゃく 5 △ 葉ねぎ 3 △ みそ(赤) 9 ○ けずりぶし(だし用) 1 煮干し(だし用) 0.5 水 120 さけ(角・冷) 40 ○ 塩 0.4 こしょう(白) 0.04 上新粉 6 □ てんぷら油 6 □ きゃべつ 30 △ 油あげ(冷) 5 ○ にんじん 5 △ しょうゆ(淡) 1.5 みりん 0.5 けずりぶし(だし用) 1 水 5
	ｴﾈﾙｷﾞｰ/たんぱく質	ｴﾈﾙｷﾞｰ/たんぱく質	ｴﾈﾙｷﾞｰ/たんぱく質	ｴﾈﾙｷﾞｰ/たんぱく質	ｴﾈﾙｷﾞｰ/たんぱく質	ｴﾈﾙｷﾞｰ/たんぱく質	ｴﾈﾙｷﾞｰ/たんぱく質	ｴﾈﾙｷﾞｰ/たんぱく質	ｴﾈﾙｷﾞｰ/たんぱく質
4年	631kcal　22.9g	611kcal　23.2g	522kcal　25.7g	511kcal　20.1g	561kcal　21.3g	690kcal　21.4g	538kcal　19.3g	624kcal　26.2g	637kcal　27.4g

節分の行事食

しろなが入手困難な場合は、小松菜等に変更となります

※ 栄養三色（□○△）

＜食品を栄養素の働きにより、三つに分類しています＞

□･･･黄色の食品(熱や力のもとになる食品　炭水化物・脂質)

○･･･赤色の食品(血や肉のもとになる食品　たんぱく質・カルシウム)

△･･･緑色の食品(体の調子をととのえる食品　ビタミン・ミネラル)

川西市のﾎｰﾑﾍﾟｰｼﾞでは、給食関連情報を掲載しています。
（例：主な食材の配合内容表やレシピ集など）

学校給食費：1食あたり　302円

兵庫の特産品を紹介します

黒豆

いのしし肉

たまねぎ

そうめん

しらす

ずわいがに

酒米など

節分は、もともと立春、立夏、立秋、立冬の前日のことでしたが、今では立春の前日のことだけをいうようになりました。節分に、いり豆を年の数や年にひとつ足した数を食べると、1年を元気にすごすことができるといわれています。豆まきや、柊の枝に焼いたいわしの頭をさした「やいかがし」には、鬼（病気や災い）を追い払うという意味があります。

令和7年度（2月16日～2月27日）

2月　小学校給食献立表

川西市教育委員会

※食材の入荷状況により、献立内容を変更することがあります。

リクエスト給食

日・曜	16日(月)	17日(火)	18日(水)	19日(木)	20日(金)	24日(火)	25日(水)	26日(木)	27日(金)
献立名	牛乳 白飯 あんかけうどん ちくわとこんにゃくの甘辛煮 だいこんのあえもの	牛乳 白飯 味付けのり(韓式) トック 豚キムチ	牛乳 食パン りんごジャム(手作り) 白いんげんのトマトスープ煮 きゃべつサラダ	牛乳 白飯 けんちん汁 鶏肉のゆずソースかけ 菜の花のあえもの	牛乳 貝柱ごはん さつまいものみそ汁 厚揚げの炒め煮	牛乳 白飯 五目汁 さけのフライ はくさいのあえもの	牛乳 白飯 あおさ入りみそ汁 豚肉とこまつなの炒め煮 はるみ	牛乳 白飯 揚げそば 八宝菜 マーボーだいこん	牛乳 コーンライス 野菜スープ 和風ハンバーグ
材料名および使用量（g）	牛乳 1本 ○ 精白米 60 □ 水 81 うどん(冷) 50 □ 豚肉(スライス) 10 ○ えび(80～120・冷) 10 ○ いか(かのこ・冷) 10 ○ 清酒 1 はくさい 20 △ 葉ねぎ 3 △ 干し椎茸(スライス) 0.5 △ しょうが 0.5 △ しょうゆ(淡) 5 清酒 1 けずりぶし(だし用) 3 こんぶ(だし用) 0.5 でんぷん 1.5 □ 水 100 ちくわ 25 ○ 板こんにゃく 20 △ にんじん 5 △ いりごま 0.5 □ サラダ油 0.5 □ しょうゆ(濃) 1.5 さとう(三温) 1 □ けずりぶし(だし用) 1 水 5 だいこん 40 △ 花かつお 0.5 ○ しょうゆ(淡) 1 酢 0.5 さとう(三温) 0.2 □	牛乳 1本 ○ 精白米 75 □ 水 101 味つけのり(韓式) 1袋 ○ トックもち 20 □ ＊ 鶏卵 20 ○ 鶏肉(若5) 20 ○ にんじん 15 △ 干し椎茸(スライス) 0.5 △ 葉ねぎ 3 △ しょうゆ(淡) 4 清酒 1 塩 0.2 こしょう(白) 0.02 ガーリック 0.02 鶏手羽先(だし用) 10 葉ねぎ(だし用) 1 にんじん(だし用) 0.5 しょうが(だし用) 0.3 △ にんにく(だし用) 0.2 水 120 はくさいキムチ 5 △ 豚肉(スライス) 20 ○ 緑豆もやし 15 △ にんじん 5 △ にら 5 △ ごま油 0.5 □ しょうゆ(濃) 1 清酒 0.5 塩 0.1 こしょう(白) 0.01	牛乳 1本 ○ 食パン 1袋 □ (60/80/100) りんご 30 △ てんさい糖 6 □ レモン果汁 0.1 △ 白いんげん(ゆで) 25 ○ ベーコン 5 ○ じゃがいも 30 □ たまねぎ 30 △ にんじん 15 △ パセリ(乾) 0.03 △ サラダ油 1 □ ケチャップ 8 ソース(ウスター) 2 しょうゆ(濃) 1.5 ぶどう酒(赤) 1 さとう(三温) 0.5 □ 塩 0.2 こしょう(白) 0.02 ガーリック 0.02 パプリカパウダー 0.02 鶏手羽先(だし用) 15 にんじん(だし用) 0.5 たまねぎ(だし用) 0.5 ベーリーフ 0.03 水 80 きゃべつ 30 △ 酢 0.5 米油 0.5 □ 塩 0.15 こしょう(白) 0.01	牛乳 1本 ○ 精白米 75 □ 水 101 豆腐(冷) 20 ○ だいこん 20 △ にんじん 15 △ ごぼう(ささがき) 10 △ つきこんにゃく 10 △ れんこん 5 △ 葉ねぎ 3 △ ごま油 1 □ しょうゆ(淡) 4 しょうゆ(濃) 1 けずりぶし(だし用) 2 水 110 鶏肉(若10) 50 ○ でんぷん 5 □ てんぷら油 8 □ ゆず 0.6 △ さとう(三温) 2 □ しょうゆ(濃) 2 菜の花 10 △ ほうれんそう 10 △ 緑豆もやし 10 △ 花かつお 0.4 ○ しょうゆ(濃) 1 さとう(三温) 0.2 □	牛乳 1本 ○ 精白米 50 □ もち米 20 □ 貝柱(冷) 15 ○ 清酒 1 にんじん 5 △ 干し椎茸(スライス) 0.5 △ しょうゆ(淡) 7 清酒 5 けずりぶし(だし用) 1 こんぶ(だし用) 0.5 水 76 さつまいも 20 □ たまねぎ 20 △ 油あげ(冷) 5 ○ わかめ(乾) 0.5 ○ にんじん 15 △ 葉ねぎ 3 △ みそ(赤) 9 ○ けずりぶし(だし用) 2 水 120 厚揚げ(ミニ・冷) 30 ○ 豚肉(スライス) 10 ○ しょうが 0.3 △ しょうゆ(濃) 1 清酒 0.5 たけのこ(水煮) 3 △ 葉ねぎ 3 △ 干し椎茸(スライス) 0.3 △ サラダ油 0.5 □ しょうゆ(濃) 1.6 さとう(三温) 1.2 □ 清酒 0.5 水 10	牛乳 1本 ○ 精白米 75 □ 水 101 鶏肉(若5) 15 ○ 豆腐(冷) 10 ○ たまねぎ 15 △ ホールコーン(冷) 10 △ にんじん 10 △ 葉ねぎ 3 △ 干し椎茸(スライス) 0.5 △ しょうゆ(淡) 4 清酒 1 塩 0.2 けずりぶし(だし用) 2 水 120 さけ(50・冷) 1枚 ○ 塩 0.3 こしょう(白) 0.04 ガーリック 0.02 小麦粉 5 □ ＊ 鶏卵 3 ○ 水 5 パン粉 10 □ てんぷら油 6 □ はくさい 55 △ いりごま 0.5 □ しょうゆ(淡) 1 酢 0.5 さとう(三温) 0.2 □	牛乳 1本 ○ 精白米 75 □ 水 101 あおさ(乾) 0.5 ○ たまねぎ 25 △ にんじん 10 △ えのきだけ 10 △ 葉ねぎ 3 △ みそ(赤) 10 ○ けずりぶし(だし用) 2 水 130 豚肉(スライス) 20 ○ しょうが 0.3 △ しょうゆ(濃) 1 こまつな 30 △ 厚揚げ(ミニ・冷) 15 ○ サラダ油 0.5 □ しょうゆ(濃) 1.5 みりん 0.5 さとう(三温) 0.5 □ はるみ 1こ △	牛乳 1本 ○ 精白米 60 □ 水 81 揚げそば 1袋 □ 豚肉(スライス) 20 ○ いか(かのこ・冷) 15 ○ えび(80～120・冷) 15 ○ 清酒 1.5 たまねぎ 40 △ はくさい 20 △ 緑豆もやし 20 △ にんじん 15 △ たけのこ(水煮) 5 △ 干し椎茸(スライス) 0.5 △ にんにく 0.3 △ ごま油 1 □ しょうゆ(淡) 3 清酒 1 塩 0.2 こしょう(白) 0.03 鶏手羽先(だし用) 10 葉ねぎ(だし用) 1 にんじん(だし用) 0.5 しょうが(だし用) 0.3 △ にんにく(だし用) 0.2 でんぷん 2 □ 水 40 だいこん 30 △ 鶏挽肉(粗) 10 ○ にんじん 10 △ にら 3 △ 干し椎茸(スライス) 0.2 △ にんにく 0.2 △ しょうが 0.3 △ ごま油 0.5 □ 豆板醤 0.05 みそ(赤) 3 ○ さとう(三温) 0.5 □ しょうゆ(濃) 0.5 でんぷん 0.3 □ 水 5	牛乳 1本 ○ 精白米 70 □ ホールコーン(冷) 15 △ 塩 0.8 水 95 鶏肉(若5) 20 ○ マカロニ(ABC) 7 □ たまねぎ 40 △ にんじん 15 △ じゃがいも 15 □ パセリ(乾) 0.03 △ しょうゆ(淡) 2 ぶどう酒(白) 1 塩 0.6 こしょう(白) 0.02 ガーリック 0.02 鶏手羽先(だし用) 10 にんじん(だし用) 0.5 たまねぎ(だし用) 0.5 ベーリーフ 0.03 水 120 豆腐ハンバーグ(冷) 1こ ○ たまねぎ 20 △ しめじ 5 △ みつば 3 △ サラダ油 1 □ しょうゆ(濃) 2 清酒 1 さとう(三温) 0.5 □ でんぷん 0.5 □ 水 20
エネルギー/たんぱく質	511kcal　22.0g	589kcal　25.7g	534kcal　19.5g	625kcal　23.8g	558kcal　21.5g	649kcal　29.4g	546kcal　20.0g	599kcal　25.8g	614kcal　24.5g
4年									

旧正月の行事食

食育の日

※「＊」は、除去食対応日の除去対象食品（鶏卵・うずら卵・マヨネーズ）につけています。
※「塩」の使用について：献立の材料名欄に記載されていなくても、"ゆで塩"など、味をととのえること等を目的に使用することがあります。

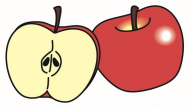
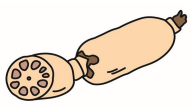
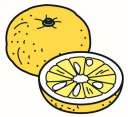
６年生リクエスト給食ランキング結果

昨年度に引き続き、市内の小学校の６年生児童を対象に、「卒業前にもう一度食べたい給食」についてアンケートを実施しました。上位のものについては、３学期の給食にできるだけ取り入れていきます。

順位	料理名	票数
1	えびのケチャップかけ	163
2	チキンカツ	88
3	鶏肉のからあげ	75
4	ラーメン	55
5	いちごミルクかん	39
6	カレー	38
7	鶏肉のソースかけ	35
8	コーンライス	31
9 同率	マーボー豆腐 スパゲティ	27
11	豚キムチ	23
12 同率	煮込みハンバーグ かきたま汁	21
14	和風ハンバーグ	19
15 同率	すきやき 野菜（ABC）スープ	16
17	肉じゃが	15
18 同率	肉うどん ぶどうかん みかんかん	14
21	豚汁	13
22 同率	スーミータン ハヤシライス	12
24 同率	さばのみそ煮 ジャーマンポテト	11
26	さけのフライ	10
27 同率	ビーフシチュー うずら卵の中華スープ	9
29	さけのからあげ	8

～旬をしっかり味わおう～

暦の上では春を迎えますが、厳しい寒さが続きます。今の時季は冬野菜が甘みを増しておいしくなります。
寒さに負けない冬野菜も食べて、強いからだをつくりましょう。

※リクエスト給食の料理にはピンクの色付けをしています。
※うずら卵については、現在使用を見合わせています。