



## I がつ こんだてよていひょう(しょうがっこう)



小田原市国府津学校給食共同調理場

ひ ようび	こんだてめい	おもにエネルギーのもとになるしょくひん(きいろ)	おもにからだをつくるもとになるしょくひん(あか)	おもにからだのちょうしをととのえるしょくひん(みどり)	エネルギー kcal		ちゅうしなど
					たんぱくしつ g	ししつ g	
		しょゆ・ケチャップ・ちゅうみりょう・こうしんりょうなどは、きさいしてありません。				えんぶん g	
9 金	ぎゅうにゅう(さくらめし) ごもくごはん しらたまぞうに かがみびらきこんだて	さくらめし あぶら さとう しらたま	ぎゅうにゅう ぶたにく あぶらあげ だいす とりにくうめなると	つきこんにゃく にんじん えだまめ だいこん こまつな	631		
					24.3		
					20.2		
					2.3		
13 火	ぎゅうにゅう(ごはん) ハヤシライス ハムとやさいのソテー	ごはん あぶら マーガリン こむぎこ	ぎゅうにゅう ぶたにく ハム	にんにくたまねぎ にんじん コーン キャベツ	633		
					20.7		
					20.3		
					2.1		
14 水	ぎゅうにゅう (ホットラーメン) しおコーンラーメン こうやどうふのからあげ	ホットラーメン あぶら さとう かたくりこ	ぎゅうにゅう ぶたにく なると こおりどうふ、	にんにくしょうが にんじん もやし キャベツ コーン ながねぎ	610		
					25.0		
					21.1		
					2.5		
15 木	ぎゅうにゅう むぎいりごはん さけのしおやき とんじる ★あおのりこふきいも	ごはん むぎ あぶら ごまあぶら じやがいも	ぎゅうにゅう さけ ぶたにく とうふ、みそ あおのり	ごぼう にんじん こんにゃく だいこん ながねぎ	619		
					27.5		
					18.7		
					2.2		
16 金	ぎゅうにゅう ごはん ブルゴギビン とりだしスープ	ごはん ごまあぶら さとう かたくりこ	ぎゅうにゅう ぶたにく みそとりにく わかめ	にんにくしょうが たまねぎ にんじん ピーマン	620		
					23.9		
					19.2		
					1.7		
19 月	ぎゅうにゅう ぶどうパン かながわだいすきのポークビーンズ キャベツとウインナーのソテー	ぶどうパン あぶら じやがいも さとう	ぎゅうにゅう ベーコン だいすき 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	602		
					23.1		
					23.6		
					2.2		
20 火	ぎゅうにゅう むぎいりごはん あじのカリカリあげ じざかなつみれふうじる みかん	ごはん むぎ あぶら こんだて	ぎゅうにゅう あじのひもの みそ ぶたにく じざかなハンバーグ	だいこん にんじん はねぎ みかん	632		
					25.0		
					20.4		
					1.8		
21 水	ぎゅうにゅう (ソフトめん) カレーソース おんやさい たまねぎドレッシング	ソフトめん あぶら マーガリン こむぎこ たまねぎドレッシング	ぎゅうにゅう ぶたにく だいすきミート とうにゅう	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	649		
					23.9		
					21.0		
					2.3		

おだわらしがっこうきゅうしょくとん  
し  
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

★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。



## こんげつのおだわらさん

きゅうしょく しょくじ じばさんぶつ しゅうかい  
~給食で使用する、地場産物を紹介します~

うめなると・なると・あじ・さつまあげ・ちくわ・さばふぐ・はねぎ・うめぼし

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。

ひ	ようび	こんだてめい	おもにエネルギーのもとになるしょくひん(きいろ)	おもにからだをつくるもとになるしょくひん(あか)	おもにからだのちょうしをととのえるしょくひん(みどり)	エネルギー	kcal	ちゅうしなど
			しょうゆ・ケチャップ・ちゅうみりょう・こうしんりょうなどは、きさいしていません。				たんぱくしつ	
22	木	ぎゅうにゅう(ごはん) ◎チキンみそカツどん きりぼしだいこんのにもの	ごはん あぶら こむぎこ パンこさとう ごま	ぎゅうにゅう とりにく みそ ぶたにく さつまあげ	にんじん つきこんにゃく きりぼしだいこん こまつな	657 25.7 21.1 1.4	◎そつぎよ うせいの リクエスト メニュー です	
23	金	ぎゅうにゅう ごはん ハンバーグうめおろしソース おだわらっこおでん	ごはん あぶら さとう さといも	ぎゅうにゅう ハンバーグ こんぶ ちくわ あげポール がんもどき	だいこん うめぼし にんじん こんにゃく	608 22.3 18.4 2.3		
26	月	ぎゅうにゅう(しょくパン) ◎ココアトースト ABCスープ チーズ	しょくパン マーガリン さとう あぶら じやがいも マカロニ	ぎゅうにゅう ベーコン チーズ	にんじん たまねぎ キャベツ	603 23.3 31.0 2.7	◎そつぎよ うせいの リクエスト メニュー です	
27	火	ぎゅうにゅう むぎいりごはん さばふぐのからあげ かながわわかめのみそしる ★キャベツのしおこんぶいたためて	ごはん むぎ あぶら さとう かたくりこ さつまいも ごまあぶら	さゆりにゅう さばふぐ あぶらあ げ とうふ みそ わかめ しおこんぶ	しょうがにんじん だいこん はねぎ キャベツ	622 23.3 17.6 1.8	★ 3びん こんだて	
28	水	ぎゅうにゅう(ホットラーメン) うめまるラーメン コーンシュウマイ ヨーグルト	ホットラーメン あぶら	ぎゅうにゅう ぶたにく うめなると コーンしゅうまい ヨーグルト	ににく しょうが にんじん もやし キャベツ うめぼし はねぎ	606 27.0 15.4 2.7		
29	木	ぎゅうにゅう むぎいりごはん どりのこうみやき しおにくじやが	ごはん むぎ あぶら ごまあぶら じやがいも さとう	ぎゅうにゅう とりにく ぶたにく	ににく しょうが たまねぎ にんじん しらたき えだまめ	639 27.9 21.7 1.4		
30	金	ぎゅうにゅう(ごはん) ませませチキンライス やさいコンソメスープ ◎ミルメークココア	ごはん マーガリン あぶら ジやがいも	ぎゅうにゅう とりにく ウインナー ミルメークココア	にんじん たまねぎ コーンピーマン キャベツ	602 20.3 18.7 1.7	◎そつぎよ うせいの リクエスト メニュー です	

※中学年の栄養価を記載しています。

※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。

※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/educh/educationsl/menu/school\\_lunch/menu\\_kozu/](https://www.city.odawara.kanagawa.jp/field/educh/educationsl/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。



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>

※給食ナビは、給食中止日でも献立が  
掲載されますので、ご承知おきください。

## 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つかって「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、おだわらしさん しょくさい せきくよくてき とい  
がっこうきゅうしょく おだわらしさん しょくさい せきくよくてき とい  
地域の食材を積極的に取り入れるように  
こころ こんだて かんが  
心がけて献立を考えています。

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。

ち さん ち しょ  
ち いき せ い さん  
地 域 で 生 産 さ れ た も の を  
ち いき し う ひ ち さん ち しょ  
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。

