

2026年

神戸市中学校給食

2地区

## 2月給食カレンダー

牛乳は毎回ついています

2月 2月 9月	ヴィッセル神戸 応援メニュー	3火 豆腐入りでふっくら 食感のハンバーグ	4水 節分料理を食べて 元気に過ごそう!	5木 酸味と甘みのバランスがよい オレンジソース	6金 旨味たっぷり、味のおいしさから 名前が付いたアジ
	チングン菜と ツナの炒め物 ささみカツ ごはん ハッシュド ビーフ V рІССЕЛ	牛肉と ごぼうの きんぴら 和風 ハンバーグ ごはん 野菜スープ	節分豆 キャベツの ごま酢あえ イワシの フライ (ケチャップソース) ごはん 豚肉の はりはり汁	ほうれん草の ソテー 鶏肉の オレンジソース (2コ) パン ミネストローネ メープルジャム	豚肉と野菜の アジの 旨だれ炒め ごはん みそ汁
	みそ味のたれが豚肉に からまってごはんが進む	10火 DHAが豊富なマグロで 集中力をアップ	11水 建国記念の日	12木 かぼちゃの甘みを感じて ホクホクおいしいオイル焼き	13金 大根の豊富な消化酵素が 胃腸の働きを高める
	ボイル ブロッコリー (柑橘ドレッシング) ごはん 押麦と野菜の スープ煮	豆乳プリン 白菜の 甘酢あえ マグロの 揚げ煮 ごはん とんじやが スープ		フレンチ サラダ (フレンチドレッシング) かぼちゃの オイル焼き パン ポークシチュー	大根の ナムル 平つくねの 照り焼き (2コ) ごはん 牛肉のうま煮
16月	じゃがいものビタミンCで 免疫力アップ	17火 もやしは大豆を発芽させた パワフル野菜	18水 大豆の良質なたんぱく質で 体の基礎作り	19木 旬菜の小松菜を使った 体の温まるスープ	20金 骨まで食べられるワカサギは カルシウムたっぷり
	ジャーマン ポテト ごはん ツナと 野菜の煮物 筑前煮	もやしの カレー風味 あえ ごはん 牛肉と ブロッコリーの ごまだれ炒め	キャベツと コーンの ソテー ごはん 大豆入り チキンカレー	きゅうりと 大根のツナあえ 甘酢づけ ごはん 旬菜スープ	いんげんと ベーコンの ソテー ごはん ワカサギの から揚げ 鶏肉とコーンの トマト煮
23月	天皇誕生日	24火 ひじきは成長期に大切な 鉄分・カルシウムが豊富	25水 兵庫県産のりを使って 作った味付けのり	26木 サワラはビタミンDが多く 骨や歯の強化をサポート	27金 鶏肉と照り焼きソースは 相性抜群
		ひじきと ツナの煮物 ごはん 豚肉の みそ野菜炒め	マスの 塩焼き ごはん 切干し大根の 洋風煮 ごはん 鶏肉の しょうが汁 味付けのり(兵庫県産)	かぼちゃ コロッケ ごはん サワラの レモンソース 米粉入り パン ワインナ ポトフ	小松菜と さつま揚げの 照り焼き 煮びたし ごはん 鶏肉の 照り焼き (2コ) 肉じゃが

## 今月のPICK UPメニュー

節分2/4水

「イワシのフライ・節分豆」

2月3日は節分です。  
イワシや福豆を食べて  
1年の健康や無事を  
願いましょう。

## 旬の食べ物

2/10火  
「マグロの揚げ煮」マグロは冬が旬の魚です。  
マグロは目が大きく黒い魚で  
あることから「目黒(まぐろ)」と  
呼ばれています。マグロの赤  
身には良質なたんぱく質や鉄  
分が豊富に含まれています。

2/2月 これからも神戸の街とトモニ!

ヴィッセル神戸応援メニューが登場!

ヴィッセル神戸カラーの  
ハッシュドビーフ&ささみカツ(勝)で  
チームを応援!

残さずしっかり食べて勉強もスポーツも頑張ろう!

# 「中学校給食アイデアメニュー」入賞メニュー発表!

令和7年度「中学校給食アイデアメニュー募集」には、計834作品の応募がありました。どれも神戸市や兵庫県産の食材を使った料理、季節や行事の料理など、栄養も色合いも考え、創意工夫されたものばかりでした。

多数の応募作品の中から、PRポイントが素晴らしい、「食べたくなる」優れたメニューを献立作成委員会のメンバー（保護者代表・学校関係者・調理事業者・食材調達関係者・栄養教諭・教育委員会）に審査をいただき、入賞メニューとして選定し、最優秀賞1・優秀賞7の合計8作品を決定しました。



👑最優秀賞	夏野菜たっぷり!キーマカレー風	多聞東中学校
👑優秀賞	こうべ旬菜と夏野菜たっぷりのトマトスパゲッティ	吉田中学校
	やさイタリアン マシマシスープ	大原中学校
	かしわ汁	大原中学校
	鶏団子入りコンソメスープ	西代中学校
	具沢山!腸も喜ぶ 塩こうじスープ	歌敷山中学校
	ひき肉と大豆の味噌炒め	歌敷山中学校
	栄養満点!やみつきナムル	桜が丘中学校



## 節分と大豆のおはなし

節分は、「季節の分かれ目」を意味しており、もともとは「立春」「立夏」「立秋」「立冬」の前日を指していましたが、今では「立春」の前日だけを節分と呼んでいます。冬から春へと季節が移り変わる「立春」は、お正月と同じように1年が始まる重要な日と考えられており、その前日の節分は大みそかのような位置づけで、特に大切にされてきました。

**豆まき**

節分といえば、「豆まき」です。豆まきに使うのは、いった大豆です。大豆は、お米と同じように大切な作物であり、特別な力があると考えられてきました。「鬼は外、福は内」と唱えながら家の中や出入り口にまいて、鬼=邪気をはらい、自分の年の数（または年の数+1粒）の豆を食べ、1年の幸福を祈ります。

**ヤイカガシ**

ヒイラギの枝に、焼いたイワシの頭を刺したもの

をヤイカガシ・ヒイラギイワシといいます。ヒイラギの葉のトゲトゲや、イワシのにおいを鬼が嫌うとされ、家の戸口や門に飾って鬼を追い払います。豆がら（大豆を取った後の枝）を添えることもあります。