



令和 8年 2月 学校給食予定献立表(中学校)

※ 物資の都合等により変更する場合があります。

日曜日	こんだてめい ★:防災献立 ◆:よくかんでたべよう	エネルギーのもとになる (き)	からだをつくる (あか)	からだのちょうしをととのえる (みどり)	エネルギー (kcal) たんぱくしつ (g)
2月	手巻き寿司(すし飯 手巻きのり 豚肉のしぐれ煮 ◆たくあんとキャベツのツナマヨあえ) 里芋のみそ汁 牛乳	ごはん あぶら マヨネーズ さといも さとう	ぎゅうにゅう あぶらあげ ツナ とうふ のり ぶたにく みそ	ごぼう にんじん さやいんげん しょうが たくあん キャベツ きゅうり だいこん なめこ こまつな ねぎ	782 29.4
3火	行事食【節分】 ごはん 牛乳 いわしの生姜煮 ◆豆まきサラダ ばち汁	ごはん でんぱん あぶら さとう ごまあぶら そうめんパチ	ぎゅうにゅう あぶらあげ チキンハム かまぼこ いわし だいず	キャベツ ブロッコリー にんじん だいこん ほししいたけ ねぎ しょうが	783 26.0
4水	中3 リクエスト献立 ごはん 牛乳 ビビンバ(セルフ) ナムル キムチスープ	ごはん さとう ごまあぶら じゃがいも	ぎゅうにゅう ぶたにく やきばた とりにく	しょうが にんにく たまねぎ あかパプリカ ほうれんそう にんじん はくさいキムチ にら えのきたけ もやし ねぎ	780 32.5
5木	パン 牛乳 照り焼きチキン ◆ごぼうのオーロラサラダ 太子ねぎポトフ	パン さとう でんぱん マヨネーズ じゃがいも	ぎゅうにゅう とりにく ツナ ウインナー	ごぼう きゅうり にんじん かぶ だいこん たまねぎ キャベツ チンゲンサイ ねぎ	831 34.1
6金	中3 リクエスト献立 ごはん 牛乳 竹輪の磯辺揚げ(3個) ジャーマンポテト 豚汁	ごはん こむぎこ あぶら じゃがいも	ぎゅうにゅう あおのり ちくわ ベーコン ぶたにく とうふ あぶらあげ みそ	たまねぎ だいこん にんじん ごぼう こんにゃく こまつな ねぎ パセリ	784 28.9
9月	ごはん 牛乳 鯖のあけぼの焼き ◆筑前煮 鶏つくねのみぞれ汁	ごはん マヨネーズ さとう あぶら でんぱん	ぎゅうにゅう ちくわ さわら とりにく しろみそ	にんじん れんこん こんにゃく ごぼう さやいんげん だいこん はくさい しめじ たまねぎ ねぎ	802 33.0
10火	ごはん 牛乳 厚揚げのすき焼き風煮 ◆かぶのじゃこサラダ かす汁	ごはん さとう でんぱん あぶら ごま マヨネーズ さといも さけかす	ぎゅうにゅう あつあげ ぎゅうにく しらすぼし ぶたにく あぶらあげ ちくわ しろみそ	ねぎ しょうが かぶ にんじん ブロッコリー だいこん ねぎ ごぼう こんにゃく なましいたけ	780 26.6
12木	中3 リクエスト献立 パン 牛乳 鶏肉のコーンフ레이크焼き ベーコンかぼちゃ 白菜スープ	パン マヨネーズ あぶら コーンフ레이크 じゃがいも	ぎゅうにゅう とりにく ベーコン ポークウインナー	かぼちゃ たまねぎ はくさい ねぎ なましいたけ チンゲンサイ にんじん	819 31.3
13金	行事食【バレンタイン】 ごはん 牛乳 ハートのコロケ コールスローサラダ 白ねぎのスイートスープ チョコクレープ	ごはん あぶら さつまいも さとう じゃがいも パンこ こむぎこ こめこ	ぎゅうにゅう ベーコン しろいんげんまめ とうにゅう	キャベツ きゅうり にんじん しろねぎ パセリ たまねぎ コーン	805 19.6
16月	ごはん 牛乳 鶏肉ののり塩から揚げ ★◆切干大根の中華あえ 担担ビーフン	ごはん さとう ごまあぶら でんぱん あぶら ビーフン ごま	ぎゅうにゅう とりにく あおのり やきばた あかみそ しろみそ ぶたにく	にんにく きりぼしだいこん キャベツ にんじん たまねぎ はくさい たけのこ しろねぎ しょうが コーン	787 31.6
17火	ごはん 牛乳 竹輪と大豆のツナマヨ焼き ◆れんこんのきんぴら けんちん汁	ごはん ごま さとう あぶら ごまあぶら さといも マヨネーズ	ぎゅうにゅう ちくわ ツナ ぶたにく くきわかめ とうふ あぶらあげ だいず	たまねぎ パセリ こんにゃく れんこん にんじん だいこん ごぼう しめじ ねぎ	784 28.7
18水	 給 食 は あ り ま せ ん 				
19木					
20金	冬野菜のカレーライス 牛乳 ゆで豚サラダ(ごまドレッシング) ★フルーツヨーグルト	ごはん さといも こむぎこ あぶら ごま	ぎゅうにゅう とりにく ぶたにく ヨーグルト だいず わかめ	かぶ カリフラワー たまねぎ にんじん こまつな にんにく しょうが キャベツ もやし もも パイナップル みかん	792 24.5
24火	ごはん 牛乳 チヂミ チンゲン菜のチャブチェ じゃが豚キムチ	ごはん ごまあぶら さとう はるさめ あぶら こめこ じゃがいも	ぎゅうにゅう ぎゅうにく ぶたにく とりにく	チンゲンサイ にんにく もやし にんじん ねぎ いとこんにゃく はくさいキムチ たまねぎ にら	797 24.2
25水	中3 リクエスト献立 ごはん 牛乳 レッドチキン ウィッチサラダ かぼちゃのポタージュ かぼちゃプリン	ごはん じゃがいも さとう マヨネーズ	ぎゅうにゅう とりにく しろいんげんまめ ベーコン チキンハム とうにゅう	にんにく レッドキャベツ パセリ あかたまねぎ にんじん かぼちゃ たまねぎ	804 28.1
26木	パン 牛乳 たらのマスタードソース ◆れんこんサラダ ABCマカロニスープ	パン でんぱん あぶら マヨネーズ さとう マカロニ じゃがいも	ぎゅうにゅう チキンハム たら とりにく	れんこん キャベツ えだまめ チンゲンサイ たまねぎ にんじん さやいんげん	806 33.9
27金	ごはん 牛乳 そぼろ丼(セルフ) キャベツのごまサラダ じゃが芋のみそ汁	ごはん さとう あぶら ごまあぶら じゃがいも ごま	ぎゅうにゅう ぶたにく こうやとうふ あぶらあげ わかめ みそ ツナ	たまねぎ ごぼう さやいんげん しょうが キャベツ ほうれんそう にんじん えのきたけ こまつな ねぎ	780 28.7