



令和 8年 2月 学校給食予定献立表(小学校)

※ 物質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	エネルギーのもとになる	からだをつくる	からだのちょうしをととのえる	エネルギー (kcal)
		★:防災献立 ◆:よくかんでたべよう	(き)	(あか)	(みどり)	たんぱくしつ (g)
2	月	てまきずし(すしめし てまきのり がたにくのしぐれに ◆たくあんとかんぱつツナマヨあえ) さといものみそしる ぎゅうにゅう	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 がたにく みそ	ごぼう にんじん さやいんげん しょうが たくあん かんぱつ きゅうり だいこん なめこ こまつな ねぎ	656 24.7
3	火	行事食【節分】 ごはん ぎゅうにゅう いわしのしょうがに ◆まめまきサラダ ばちじる	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	かんぱつ 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	656 22.5
4	水	中3 リクエスト献立 ごはん ぎゅうにゅう 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 がたにく やきがた 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	664 28.5
5	木	パン ぎゅうにゅう てりやきチキン ◆ごぼうのオーロラサラダ たいしねぎボトフ	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 ウィナー	ごぼう きゅうり にんじん かぶ だいこん たまねぎ かんぱつ チンゲンサイ ねぎ	698 29.1
6	金	中3 リクエスト献立 ごはん ぎゅうにゅう ちくわのいそべあげ(2こ) ジャーマンポテト がたじる	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 がたにく 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	656 24.9
9	月	ごはん ぎゅうにゅう さわらのあげほのやき ◆ちくぜんに とりつくねのみぞれじる	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	653 28.3
10	火	ごはん ぎゅうにゅう あつあげのすきやきふう ◆かぶのじゃこサラダ かすじる	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 がたにく 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	666 23.2
12	木	中3 リクエスト献立 パン ぎゅうにゅう とりにくのコーンフ레이크やき ベーコンかぼちゃ はくさいスープ	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 ポークウィナー	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	675 26.0
13	金	行事食【バレンタイン】 ごはん ぎゅうにゅう ハートのコロック コールスローサラダ しろねぎのスイーツスープ いちごムース	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 でんぱん	ぎゅうにゅう ベーコン しろいんげんまめ とうにゅう	かんぱつ きゅうり にんじん しろねぎ パセリ たまねぎ コーン いちご	698 18.1
16	月	ごはん ぎゅうにゅう とりにくののりしおからあげ ★◆きりぼしだいこんのちゅうかあえ たんたんビーフン	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 やきがた あかみそ しろみそ がたにく	にんにく きりぼしだいこん かんぱつ 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	648 27.2
17	火	ごはん ぎゅうにゅう ちくわとだいずのツナマヨやき ◆れんこんのきんぴら けんちんじる	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 がたにく くらわがめ 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	658 24.4
18	水	ごはん ぎゅうにゅう ◆わかさぎのカレーあげ なのはなのかつおあえ おやこに	ごはん でんぱん あぶら さとう じゃがいも	ぎゅうにゅう わかさぎ かつおぶし とりにく たまご こうやとうふ	にんにく なのはな ほうれんそう もやし たまねぎ にんじん ほししいたけ ねぎ	649 26.0
19	木	パン ぎゅうにゅう しかくハンバーグ ケチャップソース シーザーサラダふう かんぱつのスープに	パン マヨネーズ じゃがいも あぶら	ぎゅうにゅう がたにく とりにく こうやとうふ ベーコン ウィナー	たまねぎ にんじん えのきたけ レタス ブロッコリー チンゲンサイ にんにく かんぱつ しめじ さやいんげん	654 28.4
20	金	ふゆやさいのカレーライス ぎゅうにゅう ゆでがたサラダ(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 がたにく 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 かんぱつ もやし もも パイナップル みかん	671 20.4
24	火	ごはん ぎゅうにゅう チヂミ チンゲンサイのチャプチェ じゃががたキムチ	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 がたにく 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	679 21.3
25	水	中3 リクエスト献立 ごはん ぎゅうにゅう 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 レッドかんぱつ パセリ あかたまねぎ にんじん かぼちゃ たまねぎ	705 25.0
26	木	パン ぎゅうにゅう 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 かんぱつ えだまめ チンゲンサイ たまねぎ にんじん さやいんげん	666 28.6
27	金	ごはん ぎゅうにゅう そぼろどん(セルフ) かんぱつのごまサラダ じゃがいものみそしる	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 がたにく 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 かんぱつ ほうれんそう にんじん えのきたけ こまつな ねぎ	653 24.3