


**令和 8年 2月 学校給食予定献立表(小学校)**

※ 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	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のえる (みどり)	エネルギー (kcal) たんぱくしつ (g)
		★:防災献立 ◆:よくかんでたべよう				
2	月	てまきずし(すしめし てまきのり ぶたにくのしぐれに ◆たくあんとキャベツのツナマヨあえ) 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 ぶたにく みそ	ごぼう にんじん さやいんげん しようが 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	656 24.7
3	火	行事食【節分】 ごはん ぎゅうにゅう いわしのしようがに ◆まめまきサラダ ばちじる	ごはん でんぶん 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 だいす	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 しようが	656 22.5
4	水	中3 リクエスト献立 ごはん ぎゅうにゅう ビービンバ(セルフ) ナムル キムチスープ	ごはん さとう ごまあぶら じゅがいも	ぎゅうにゅう ぶたにく やきぶた とりにく	しようが 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 たいしねぎポトフ	パン さとう でんぶん マヨネーズ じゅがいも	ぎゅうにゅう とりにく ツナ ウィンナー	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 チングンサイ 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(2c) ジャーマンポト ぶたじる	ごはん こむぎこ あぶら じゅがいも	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	656 24.9
9	月	ごはん ぎゅうにゅう さわらのあけぼのやき ◆ちくせんに 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 でんぶん	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に ◆かぶのじやこサラダ かすじる	ごはん さとう でんぶん 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 しようが 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レークやき 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 コーンフレーク じゅがいも	ぎゅうにゅう とりにく ベーコン ポークワインナー	かぼちゃ たまねぎ はくさい ねぎ なましいたけ チングンサイ 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 ハートのコロッケ コールスローサラダ しろねぎのスイートスープ いちごムース	ごはん あぶら さつまいも さとう じゅがいも パンこ こむぎこ でんぶん	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 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 でんぶん あぶら ビーフン ごま	ぎゅうにゅう とりにく あおのり やきぶた あかみそ しろみそ ぶたにく	ににく 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 しようが コーン	648 27.2
17	火	ごはん ぎゅうにゅう ちくわとだいすきのツナマヨやき ◆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 ぶたにく くわかめ とうふ あぶらあげ だいす	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 でんぶん あぶら さとう じゅがいも	ぎゅうにゅう わかさぎ かつおぶし とりにく たまご こうやどうふ	ににく 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 キャベツのスープに	パン マヨネーズ じゅがいも あぶら	ぎゅうにゅう ぶたにく とりにく こうやどうふ ベーコン ウィンナー	たまねぎ にんじん えのきたけ レタス ブロッコリー チングンサイ ににく キャベツ しめじ さやいんげん	654 28.4
20	金	ふゆやさいのかレーライス ぎゅうにゅう ゆでぶたサラダ(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 ぶたにく ヨーグルト だいす わかめ	かぶ カリフラワー たまねぎ にんじん こまつな ににく しようが キャベツ 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 チングンサイのチャプチエ じゃがぶたキムチ	ごはん ごまあぶら さとう はるさめ あぶら こめこ じゅがいも	ぎゅうにゅう ぎゅうにく ぶたにく とりにく	チングンサイ ににく 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 ウィッチャサラダ かぼちゃのポタージュ かぼちゃプリン	ごはん じゅがいも 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	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 でんぶん あぶら マヨネーズ さとう マカロニ じゅがいも	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 チングンサイ 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) キャベツのごまサラダ じゃがいものみそしる	ごはん さとう あぶら ごまあぶら じゅがいも ごま	ぎゅうにゅう ぶたにく こうやどうふ 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 しようが 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	653 24.3