

令和8年 2月 学校給食献立表

	月	曜日	ごんだて名	きいろ はたらく力になる	あか からだをつくる	みどり からだのちょうしを整える	ちょうみ りょう	材料名		小学校 エネルギー たんぱく質 しつ えんぶん	中学校 エネルギー たんぱく質 しつ えんぶん					
								ミートソースのつつみあげ やさいスープ フロッコリー/ティー	パン あぶら じゃがいも ぶたにく ミートソースのつつみあげ	プロッコリー キャベツ たまねぎ コーン	しお こしょう しょうゆ コンソメ					
2	月	月	ぶどうパン （ ）	きゅう にゅう きゅう	ロールパン （ ）	きゅう	ミートソースのつつみあげ やさいスープ フロッコリー/ティー	パン あぶら じゃがいも ぶたにく ミートソースのつつみあげ	プロッコリー キャベツ たまねぎ コーン	しお こしょう しょうゆ コンソメ	666 23.5 kcal g	22.2 2.7 g	779 26.9 kcal g	25.9 3.0 g		
3	火	火	ロールパン （ ）	きゅう	ロールパン （ ）	きゅう	クリームシチュー ツナあえ	パン あぶら じゃがいも こむぎ バター こまあぶら	ぎゅうにゅう とりにく なまクリーム スキムミルク ツナ わかめ	たまねぎ にんじん きゅうり	コンソメ しお こしょう す しょうゆ	660 22.8 26.9 g	26.9 2.4 g	789 27.0 32.4 g	3.1	
4	水						おべんとうの日									
5	木	木	くろパン （ ）	きゅう	ごはん （ ）	きゅう	きつねうどん きんぴらごぼう	パン うどん あぶら さとう	ぎゅうにゅう ぶたにく あぶらあげ けずりぶし	にんじん こまつな ながねぎ	ごぼう しらたき	しょうゆ わふうだし	655 28.0	18.8 2.5	783 33.8	21.9 3.1
6	金	金	ごはん （ ）	きゅう	ごはん （ ）	きゅう	ぶたにくとだいこんの こっくりに おひたし	こめ あぶら さとう	ぎゅうにゅう ぶたにく	しょうが だいこん にんじん	れんこん こんにゃく もやし こまつな	しょうゆ わふうだし みりん	571 25.6	15.0 1.8	731 32.0	17.4 2.3
9	月	月	ロールパン （ ）	きゅう	ごはん （ ）	きゅう	みうらふゆやさいポトフ わかめサラダ	パン じゃがいも こまあぶら さとう	ぎゅうにゅう ソーセージ わかめ とうふ	だいこん たまねぎ かぶ プロッコリー	にんじん セロリ きゅうり	しょうゆ コンソメ こしょう す	584 20.6	23.2 2.7	745 25.0	28.5 3.7
10	火	火	くろパン （ ）	きゅう	ごはん （ ）	きゅう	わふうスパゲッティ チキンサラダ	パン スパゲッティ あぶら	ぎゅうにゅう とりにく	にんにく にんじん たまねぎ キャベツ	しめじ プロッコリー	しょうゆ コンソメ しお こしょう マヨネーズ ごまだれッシング	620 23.8	19.0 2.0	737 28.3	22.0 2.4
12	木	木	ごはん （ ）	きゅう	ごはん （ ）	きゅう	マーボーどうふ はるさめサラダ	こめ むぎ こまあぶら さとう でんぶん はるさめ	ぎゅうにゅう ぶたにく みそ ハム とうふ	しょうが にんにく にんじん ながねぎ	たけのこ にら しいたけみず キャベツ きゅうり	しょうゆ トーパンジャン す	644 29.5	19.5 2.1	751 35.5	22.8 2.7
13	金	金	ソフトフランス （ ）	きゅう	ごはん （ ）	きゅう	ハムカツ ミニストローネスープ ジャーマンポテト	パン あぶら こめこマカラニ じゃがいも	ぎゅうにゅう ハムカツ ぶたにく ベーコン	にんにく にんじん たまねぎ キャベツ トマト		ソース コンソメ しお こしょう	688 23.4	23.1 3.0	797 26.2	26.3 3.6
16	月	月	くろパン （ ）	きゅう	ごはん （ ）	きゅう	ビーフン ツナサラダ	パン ビーフン あぶら さとう こまあぶら	ぎゅうにゅう ぶたにく ツナ	にんにく しょうが たけのこ ながねぎ	しいたけみず にんじん キャベツ きゅうり	しょうゆ す マヨネーズ ごまだれッシング こしょう	659 24.9	21.4 2.2	787 29.9	25.3 2.6
17	火	火	ごはん （ ）	きゅう	ごはん （ ）	きゅう	めかじきとだいこんの にもの おかかあえ	こめ むぎ でんぶん こむぎ あぶら さとう	ぎゅうにゅう めかじき かつおぶし	だいこん にんじん こんにゃく	こまつな もやし	しょうゆ わふうだし みりん	631 28.9	17.2 2.0	733 34.6	19.9 2.6
18	水	水	ホットラーメン （ ）	きゅう	ごはん （ ）	きゅう	みそラーメンのつゆ だいばくサラダ	ホットラーメン ごまあぶら でんぶん さとう	ぎゅうにゅう ぶたにく みそ だいばく	にんにく しょうが にんじん もやし	たまねぎ キャベツ ながねぎ きゅうり	しょうゆ ちゅうわくスープ マヨネーズ ごまだれッシング こしょう	661 29.1	19.9 4.9	752 33.9	23.0 6.2
19	木	木	ロールパン （ ）	ジョア	ごはん （ ）	きゅう	だいこんのにくだんごスープ キャベツとコーンの さっぽりサラダ	パン でんぶん さとう あぶら	ジョア とりにく ハム	ながねぎ しょうが だいこん はくさい	にんじん こまつな キャベツ コーン	しお こしょう しょうゆ コンソメ す	538 25.8	14.2 2.8	750 33.4	19.8 3.7
20	金	金	ごはん （ ）	きゅう	ごはん （ ）	きゅう	だいこんハンバーグ さつまじる	こめ むぎ さつまいも	ぎゅうにゅう だいこんハンバーグ なまあげ みそ けずりぶし	だいこん にんじん ながねぎ こんにゃく		わふうだし	638 25.5	18.0 2.9	708 27.7	18.9 3.2
24	火	火	きなこあげパン （ ）	きゅう	ロールパン （ ）	きゅう	フロッコリーサラダ とうふスープ	パン あぶら さとう	ぎゅうにゅう きなこ とりにく とうふ	ぶたにく わかめ	キャベツ プロッコリー はくさい	しお こしょう マヨネーズ ごまだれッシング しょうゆ ちゅうわくスープ	637 22.7	26.0 2.1	812 27.8	31.7 2.8
25	水	水	ポークカレー （ ）	きゅう	ロールパン （ ）	きゅう	だいこんのわふうサラダ	こめ むぎ あぶら じゃがいも さとう こまあぶら	ぎゅうにゅう ぶたにく スキムミルク ハム	にんにく にんじん たまねぎ	だいこん きゅうり	カレー カレーラー アップルソース しょうゆ こしょう	646 21.2	18.9 2.8	756 24.5	22.1 3.7
26	木	木	ロールパン （ ）	きゅう	ロールパン （ ）	きゅう	ポークシチュー あんにんフルーツ	パン あぶら じゃがいも こむぎ バター	ぎゅうにゅう ぶたにく あんにんかんてん	にんにく にんじん たまねぎ	みかんかん おうとうかん バナナ	ケチャップ ソース コンソメ こしょう	640 17.5	18.9 1.7	765 20.1	22.0 2.2
27	金	金	わかめごはん （ ）	きゅう	わかめごはん （ ）	きゅう	なまあげとだいこんの とろみにもの かきたまじる	こめ むぎ さとう でんぶん	ぎゅうにゅう なまあげ ぶたにく たまご けずりぶし	わかめ	だいこん にんじん ながねぎ こまつな	しょうゆ みりん わふうだし しお	629 28.7	18.8 3.6	726 31.9	19.9 4.1
											一日あたりの 平均	633 24.8	20.1 2.6	757 29.2	23.4 3.2	
											基準値	650 26.8	18.1 2.0	830 34.4	23.1 2.5	

材料は天候や収穫、その他の状況により、変更になることがあります。