令和8年2月分

日	曜		献立名	食品名			小学校			中学校		
			主食・おかず・牛乳	赤の仲間 血や肉や骨になるもの	緑の仲間 からだの調子を整えるもの	黄の仲間 エネルギーになるもの	カロリー（kcal）	たんぱく質（g）	脂質（g）	カロリー（kcal）	たんぱく質（g）	脂質（g）
2	月	牛乳	麦ごはん	ぎゅうにゅう		こめ おしむぎ	623	23.6	19.2	747	27.8	23.2
			八宝菜	ぶたにく いか	はくさい にんじん たまねぎ たけのこ ヤングコーン ほししいたけ いんげん しょうが	あぶら かたくりこ						
			シュウマイ	シュウマイ								
3	火	牛乳	キャロットパン 節分豆 節分献立	ぎゅうにゅう だいず	にんじん	パン	645	25.7	24.2	820	32.0	29.5
			いわしのカリカリフライ ツナサラダ	イワシのカリカリフライ ツナ	きゃべつ にんじん コーン	あぶら かんきつドレッシング						
			ABCスープ	ハム	にんじん たまねぎ こまつな	マカロニ						
4	水	牛乳	ごはん	ぎゅうにゅう		こめ	627	21.4	18.5	722	24.2	21.0
			ひじきのいり煮	とりにく だいず あぶらあげ ひじき がんもどき	こんにゃく にんじん たけのこ いんげん	さとう あぶら						
			はるさめの酢の物		にんじん きゅうり	はるさめ さとう ごま ごまあぶら						
5	木	牛乳	コッペパン りんごジャム	ぎゅうにゅう		パン りんごジャム	661	26.3	20.1	812	31.5	23.3
			ミートグラタン	ぶたにく チーズ	にんにく たまねぎ えだまめ コーン	マカロニ あぶら						
			野菜スープ	ハム	ほうれんそう エリンギ にんじん	さつまいも						
6	金	牛乳	ごはん	ぎゅうにゅう		こめ	653	24.8	21.4	756	28.6	24.3
			鶏肉のゆず風味 リクエスト給食	とりにく	ゆず	かたくりこ あぶら さとう						
			小松菜の和え物		こまつな はくさい にんじん	さとう						
			大豆の変身汁	とうにゅう とうふ あぶらあげ みそ	えだまめ にんじん たまねぎ ねぎ							
9	月	牛乳	カレーライス リクエスト給食	ぎゅうにゅう ぶたにく スキムミルク	にんにく セロリ たまねぎ にんじん グリンピース りんご	こめ おしむぎ あぶら じゃがいも カレールウ	650	19.5	19.4	751	22.0	21.7
			大根サラダ		だいこん きゃべつ コーン	たまねぎドレッシング						
10	火	牛乳	コッペパン	ぎゅうにゅう		パン	609	24.8	22.4	747	29.8	25.9
			鶏肉のクリームコーン煮	とりにく ぎゅうにゅう	にんじん たまねぎ いんげん しめじ コーン クリームコーン	バター マカロニ						
			ビーンズサラダ	だいず	えだまめ にんじん きゃべつ	ごまドレッシング						
12	木	牛乳	小型ミルクパン	ぎゅうにゅう スキムミルク		パン	548	21.7	15.2	630	25.2	16.8
			肉うどん リクエスト給食	ぶたにく かまぼこ	たまねぎ にんじん ほししいたけ ねぎ	うどん さとう						
			ゆかり和え		きゃべつ ほうれんそう にんじん あかしそ							
13	金	牛乳	キムタクご飯 リクエスト給食	ぎゅうにゅう ぶたにく	キムチ たくあん いんげん にんじん	こめ ごまあぶら	630	19.4	17.6	710	21.5	18.9
			肉団子スープ	にくだんご	たまねぎ にんじん チンゲンサイ えのきたけ	はるさめ						
			ガトーショコラ			ガトーショコラ						
16	月	牛乳	麦ごはん	ぎゅうにゅう		こめ おしむぎ	607	23.5	16.1	694	27.2	17.9
			ひきずり 今月の郷土料理	とりにく とうふ	こんにゃく にんじん はくさい しろねぎ えのきたけ	さとう あぶら ふ						
			わかめの酢の物	わかめ かまぼこ	はくさい	さとう ごま						
17	火	牛乳	コッペパン	ぎゅうにゅう		パン	612	23.0	20.9	753	27.5	24.4
			鶏肉のトマト煮	とりにく	たまねぎ にんじん マッシュルーム いんげん しめじ トマト	じゃがいも さとう かたくりこ						
			マカロニサラダ		ブロッコリー にんじん	マカロニ ノンエッグマヨネーズ						
18	水	牛乳	野沢菜チャーハン	ぎゅうにゅう とりにく たまご	のざわなづけ にんじん	こめ あぶら ごまあぶら	548	17.6	15.6	631	19.9	17.2
			豚汁	ぶたにく みそ あぶらあげ	だいこん たまねぎ こんにゃく にんじん ねぎ	さつまいも						
19	木	牛乳	小型コッペパン 食育の日	ぎゅうにゅう		パン	618	23.6	20.4	769	29.1	23.7
			焼きそば	ぶたにく いか かまぼこ あおのり かつおぶし	きゃべつ たまねぎ にんじん ねぎ	やきそばめん あぶら						
			もやしのナムル		もやし ほうれんそう にんじん	さとう ごまあぶら ごま						
20	金	牛乳	ごはん	ぎゅうにゅう		こめ	606	23.9	18.0	701	27.5	20.3
			サバのしょうが煮 たくあん和え	サバ	しょうが たくあん はくさい にんじん	さとう						
			すまし汁	とうふ あぶらあげ ワカメ	たまねぎ にんじん だいこん えのきたけ							
24	火	牛乳	黒糖パン	ぎゅうにゅう		パン こくとう	647	29.7	20.7	798	36.0	23.8
			ツナとポテトのマヨネーズ焼き	ツナ チーズ	たまねぎ ブロッコリー しめじ	じゃがいも ノンエッグマヨネーズ						
			ミネストローネ	だいず ウインナー	にんじん えだまめ たまねぎ トマト パセリ	マカロニ						
25	水	牛乳	麦ごはん	ぎゅうにゅう		こめ おしむぎ	633	22.3	16.2	731	25.5	18.1
			厚揚げのそぼろ煮	あつあげ ぶたにく だいず ちくわ	しょうが しめじ にんじん たまねぎ たけのこ グリンピース	あぶら さとう かたくりこ						
			おひたし	かまぼこ	ほうれんそう はくさい	さとう						
26	木	牛乳	コッペパン メープルシロップ	ぎゅうにゅう		パン メープルシロップ	595	27.2	19.1	694	32.5	21.9
			魚のカレー揚げ	あじ		かたくりこ こむぎこ あぶら						
			花野菜サラダ		ブロッコリー カリフラワー コーン	ゆずかつおドレッシング						
			押し麦入りスープ	とりにく	たまねぎ にんじん こまつな	あぶら おしむぎ						
27	金	牛乳	ごはん	ぎゅうにゅう		こめ	609	19.8	13.7	704	22.5	15.2
			きんぴら	ぶたにく ちくわ	れんこん ごぼう にんじん こんにゃく えだまめ	ごま さとう ごまあぶら						
			キャベツの甘酢和え	かまぼこ	きゃべつ もやし	さとう						

物資の購入，その他の都合による変更をご了承ください。