

# 令和8年 2月 学校給食献立表

★個数物の数字(幼・小・中)



日曜日	こんだて			食品と働き			栄養価	
	しゅしょく	牛乳	おかず	血・肉・骨などの体をつくる(赤) 1群・2群	熱や力になる(黄) 5群・6群	体の調子をととのえる(緑) 3群・4群	エネルギー kcal	たんぱく質 g
2月	★ひなまつり献立 すめし	牛乳	かみなりじる てまきのぐ(のり エビフライ①①② たまご②②③ ひじきつくだに) こくとうふくまめ	牛乳 とうふ のり 油あげ みそ エビフライ たまご ひじき だいず	こめ 油 さとう さといも こんにやく ごま油	だいこん・にんじん・ねぎ・しいたけ ほうれんそう	(小)649 (中)830	24.7 34.8
3火	こどもパン	牛乳	トマトスープ フィレオチキン フレンチサラダ	牛乳 ウインナー フィレオチキン	こどもパン 油 さとう フレンチドレッシング	はくさい・にんじん・たまねぎ・トマト ブロッコリー・しめじ・パセリ・キャベツ カリフラワー・きゅうり・とうもろこし	635 812	25.2 35.5
4水	ごはん	牛乳	彩の国納豆 ちくぜんに こまつなのじゃこいため	牛乳 納豆 とりにく ちくわ じゃこ	こめ 油 さとう こんにやく さといも	ごぼう・にんじん・しいたけ・いんげん れんこん・たけのこ・こまつな キャベツ・とうもろこし	628 803	25.0 35.2
5木	とりごもくごはん	牛乳	チキンチーズやき あさづけ りんごゼリー	牛乳 とりにく 油あげ チキンチーズ	こめ もちごめ 油 ゼリー	ごぼう・たけのこ・いんげん・しいたけ しめじ・きゅうり・キャベツ・だいこん にんじん・りんご	643 823	25.1 35.3
6金	むぎごはん	牛乳	マーボーカレー ポテトサラダ プリンタルト	牛乳 ぶたにく とうふ	こめ むぎ 油 さとう でんぷん カールウ じゃがいも ノンエッグマヨネーズ プリンタルト	たまねぎ・にんじん・しめじ・グリーンピース にんにく・しょうが・トマト・キャベツ きゅうり・とうもろこし	676 865	23.8 33.5
9月	ごはん	牛乳	だいこんのみそじる いわしのうめに ぶたキムチ	牛乳 とうふ みそ いわし ぶたにく	こめ 油 さとう ごま油	だいこん・はくさい・しめじ・うめぼし キムチ・キャベツ・にんじん・もやし にら	656 839	26.3 37.0
10火	くろパン	牛乳	すいとん いそかたまごやき キャベツのごまあえ	牛乳 とりにく 油あげ たまご あおのり	くろパン 油 さとう すいとん ごま	にんじん・ごぼう・だいこん・はくさい ほうれんそう・キャベツ・きゅうり	626 801	23.4 32.9
12木	むぎごはん	牛乳	はっぼうさい あげぎょうざ バレンタインデザート	牛乳 ぶたにく イカ エビ ぎょうざ うずらたまご	こめ むぎ 油 さとう でんぷん チョコプリン	にんじん・はくさい・たまねぎ たけのこ・こまつな・しいたけ しょうが	665 851	24.3 34.2
13金	じごなうどん	わたぼく ミルク	みぞれうどんじる しのだに ツナとわかめのあえもの	わたぼくミルク とりにく 油あげ しのだに わかめ シーチキン	地粉うどん 油 さとう ノンエッグマヨネーズ	ねぎ・だいこん・にんじん・しめじ えのき・ほうれんそう・キャベツ きゅうり・とうもろこし	654 837	24.7 34.8
16月	わかめごはん	牛乳	しげただじる もうかたつたあげ たくあんあえ	牛乳 わかめ とりにく みそ もうか	こめ 油 さとう さといも こんにやく しらたまだんご ごま	ほうれんそう・ごぼう・ねぎ・キャベツ きゅうり・にんじん・たくあん	633 810	22.8 32.1
17火	★ジビエ献立★ コッペパン	ヨービー 牛乳	はくさいのクリームシチュー ジビエウインナーのケチャップあえ やきそば	ヨービー牛乳 牛乳 とりにく ぶたにく ジビエウインナー	コッペパン 油 さとう じゃがいも シチュウウルウ 中華めん	はくさい・ほうれんそう・たまねぎ しめじ・にんじん・キャベツ・にら にんにく	662 847	25.7 36.2
18水	カレーピラフ	牛乳	ほうれんそうオムレツ つぼみサラダ げんきヨーグルト	牛乳 とりにく ベーコン たまご ヨーグルト	こめ もちごめ 油 かおりごまドレッシング	たまねぎ・にんじん・にんにく・しょうが マッシュルーム・グリーンピース・トマト・ほうれんそう ブロッコリー・カリフラワー・キャベツ・きゅうり・とうもろこし	635 812	22.6 31.8
19木	げんまいりごはん	牛乳	ぶたにくどんのぐ コーンとえだまめのかまぼこ うめかつおあえ	牛乳 ぶたにく かまぼこ かつおぶし	こめ 油 さとう しらたき	しょうが・たまねぎ・にんじん・ねぎ いんげん・とうもろこし・えだまめ もやし・キャベツ・ほうれんそう・うめぼし	629 805	26.4 37.2
20金	★皆中リクエスト献立★ ごはん	牛乳	とんじる オープンからあげ フルーツあんにんポンチ	牛乳 ぶたにく 油あげ みそ とりにく	こめ 油 さとう さといも こんにやく あんにんゼリー	ごぼう・だいこん・にんじん・こまつな みかん・パイナップル・もも	650 832	24.0 33.8
24火	しよくパン	牛乳	はちみつ&マーガリン スパゲッティミートソース チキンカツ コーンサラダ	牛乳 マーガリン ぶたにく とりにく	しよくパン 油 さとう スパゲッティ はちみつ コーンクリーミードレッシング	にんじん・たまねぎ・にんにく・しょうが セロリ・マッシュルーム・パセリ・トマト ブロッコリー・カリフラワー・キャベツ きゅうり・とうもろこし	664 849	26.3 37.0
25水	ごはん	牛乳	とりごぼうじる わふうおろしハンバーグ レモンあえ	牛乳 とりにく 油あげ みそ ハンバーグ	こめ 油 さとう こんにやく でんぷん	ほうれんそう・ごぼう・だいこん たまねぎ・キャベツ・もやし・にんじん きゅうり・レモン	625 800	25.2 35.5
26木	ごはん	牛乳	なめこじる サワラのカレーてりやき しゃくしなとぶたにくのいためもの	牛乳 とうふ みそ サワラ ぶたにく	こめ 油 さとう カレー粉	なめこ・だいこん・たまねぎ ほうれんそう・キャベツ・もやし にんじん・しゃくしなづけ	643 823	19.0 26.7
27金	ちゅうかめん	わたぼく ミルク	みそラーメンじる さいのくにくまん きゅうりのちゅうかあえ	わたぼくミルク みそ ぶたにく にくまん	中華めん 油 さとう ごま ごま油	にんじん・たまねぎ・はくさい・もやし にら・とうもろこし・にんにく・しょうが だいこん・ほうれんそう・きゅうり・キャベツ	662 847	25.7 36.2

※食材などの都合により献立を変更する場合がありますが、ご了承ください。

今月の皆野町・秩父郡市産  
・しめじ ・きゅうり ・はくさい・しゃくしな ・みそ ・しょうゆ

12日：はっぼうさい「うずらのたまご」  
16日：しげただじる「しらたまだんご」  
を使用しています。よくかんで食べましょう！！



「わたぼくミルク」は、甘さひかえめな乳飲料です。  
・カルシウムは牛乳の2倍。  
・鉄分は1日に必要な量の1/3以上。  
・常温で保管でき、賞味期限は120日と長いので  
災害時にもストック可能な飲み物です。

