

# 令和8年 2月の予定献立表

食品群	体内でのはたらき
赤の食品	血や肉、骨をつくる
黄の食品	働く力や体温となる
緑の食品	体の調子をととのえる

学校給食の栄養基準量	C=エネルギー	P=タンパク質	F=脂質
小学校	650	26.8	18
中学校	830	33	20



## 2月の給食目標

★健康について考えよう！

★豆の種類や栄養について知ろう！



☆天気・船便・学校行事・その他材料の都合により、変更する場合があります。



こ ん だ て	2(月)	3(火) 節分	4(水) 11月給食カレンダー1位	5(木) 交流給食	6(金)
あ か き	牛乳、脱脂粉乳、豚肉	豆腐、白みそ、麦みそ、かつお節、牛乳	かつお節、厚揚げ、牛乳、ツナ	豚ひき肉、卵、白みそ、ひじき、かつお節、厚揚げ、牛乳	豆腐、チキン、豚肉、卵、かつお節、アーサ、厚揚げ、牛乳、油
み ど り	じゃがいも、もぎ、ごめ、油	むぎバジルソース、ごめ	砂糖、油	ごめ、砂糖、玄米、ごめ、油	はらしあ、大根、人参、えのき、いいたけ、こんじゅく
小学校	C 652 P 23.9 F 19.2	C 632 P 30 F 21	C 622 P 21.8 F 27.8	C 623 P 24.2 F 16.9	C 588 P 24.4 F 15.7
中学校	C 778 P 28.2 F 21.6	C 754 P 34.9 F 23.6	C 737 P 24.9 F 33.3	C 733 P 27.9 F 18.7	C 700 P 28.8 F 17.5
こ ん だ て	9(月)	10(火)	11(水)	12(木) ハースステーランチ	13(金) バレンタイン
あ か き					
み ど り	玉ねぎ、人参、トマト、にんにく、ブロッコリー、カリフラワー、グリーンピース、あお豆、マッシュ	長ねぎ、しめじ、小松菜	キャベツ、きゅうり、玉ねぎ、人参、白菜、しいたけ	玉ねぎ、にんじん、みかん、小松菜、コーン	からしな、大根、人参、えのき、いいたけ、こんじゅく
小学校	C 609 P 23.7 F 16.5	C 619 P 22.1 F 23.6	C 620 P 26.6 F 21.4	C 512 P 22.7 F 11.2	C 590 P 28.7 F 22.8
中学校	C 724 P 27.2 F 18.4	C 716 P 25.1 F 26.9	C 739 P 30.8 F 24.4	C 606 P 26.2 F 12.1	C 686 P 33.6 F 26.1
こ ん だ て	16(月) 11月給食カレンダー1位	17(火)	18(水)	19(木)	20(金)
あ か き					
み ど り	玉ねぎ、人参、白菜、ヒーマン、赤ヒーマン、りんご、くらげだけのニシングン、葉しいたけ	玉ねぎ、人参、ブロッコリー	豆腐、かつお節、卵、牛乳、豚肉、かまぼこ	豆腐、豚肉、赤みそ、白みそ、かつお節、牛乳、ツナ	鶏肉、ミックビーフ、ポークフライ、かつお節、あさり、生乳
小学校	C 674 P 18.8 F 20.1	C 674 P 25.5 F 15.1	C 620 P 26.6 F 21.4	C 512 P 22.7 F 11.2	C 611 P 25.5 F 15.1
中学校	C 804 P 21.7 F 22.6	C 739 P 30.8 F 24.4	C 739 P 30.8 F 24.4	C 606 P 26.2 F 12.1	C 718 P 29.3 F 15.8
こ ん だ て	23(月)	24(火)	25(水)	26(木)	27(金)
あ か き	天皇誕生日	グルクンのシーカーサーソースがけ	りんご、ぶたにくのしょうがいため	ポテトサラダ	ヨーグルト
み ど り		クラッシュドーナツ	むぎごはん、たぬきじる	ツナピラフ、ラビオリースープ	そばろどん
小学校	C 661 P 31.6 F 25.1	C 594 P 24.8 F 16.6	カステラかまぼこ、豚肉、かつお節、牛乳油	かつお節、牛乳、ツナ	玉ねぎ、鶏肉、かつお節、牛乳、鶏ひき肉、ツナ
中学校	C 756 P 35.2 F 28.6	C 710 P 28.8 F 18.6	砂糖、むぎ、ごめ、油	じゃがいも、マヨネーズ、砂糖、バター、ごめ	砂糖、白ごま、玄米、ごめ、油
あ か き	大根、人参、シーカーサー、小松菜、しいたけ、こんじゅく	大根、玉ねぎ、人参、長ねぎ、りんご、にんにく、ハセリ、小松菜、クリンピース、しいたけ	キャベツ、大根、玉ねぎ、人参、長ねぎ、りんご、にんにく、ハセリ、小松菜、クリンピース、あお豆	玉ねぎ、人参、葉ねぎ、えのき、生姜、にんにく、チップス、コーン	玉ねぎ、人参、葉ねぎ、えのき、生姜、にんにく、チップス、コーン
み ど り	C 573 P 21.1 F 16.9	C 573 P 21.1 F 16.9	C 656 P 23.9 F 18.9	C 571 P 27.1 F 13.8	C 675 P 31.2 F 15