

令和8年2月献立予定表

(18回) 台東育英小学校

| 日曜 | こんだてめい 献立名 | 牛乳 | からだ 体をつくるもの 赤のなかま | ねつちから 熱や力になるもの 黄のなかま | ちようしとどの 調子を整えるもの 緑のなかま | エネルギー Kcal たんぱく質g | 日曜 | こんだてめい 献立名 | 牛乳 | からだ 体をつくるもの 赤のなかま | ねつちから 熱や力になるもの 黄のなかま | ちようしとどの 調子を整えるもの 緑のなかま | エネルギー Kcal たんぱく質g | |
|-------------|---------------------------------|----|-----------------------------|----------------------------|------------------------------------|-------------------------|-----|------------------|-----------------------|-------------------------|----------------------------|------------------------------|-------------------------|------|
| 2月 | カレーうどん | ○ | 豚肉 | でんぷん 冷凍うどん | 人参 玉葱 長ねぎ 小松菜 | 530 | 16月 | ごはん 豆腐ハンバーグ | ○ | | 精白米 | | 571 | |
| | ジャーマンポテト | | ウインナー | 油 じゃがいも | 玉葱 ピーマン 赤ピーマン コーン | | | 豆腐 鶏ひき肉 豚ひき肉 | | パン粉 | 玉葱 | | | |
| | ☆つぶつぶオレンジゼリー | | 粉寒天 | 砂糖 | オレンジジュース みかん缶 | | | ブロッコリーソテー | | | 油 | キャベツ ブロッコリー 人参 | | |
| 3月 | いわしの蒲焼き丼 | ○ | いわし | 精白米 でんぷん 油 砂糖 | しょうが | 639 | 17月 | じゃが芋のみそ汁 | ○ | 油揚げ みそ | じゃが芋 | 小松菜 | 25.6 | |
| | きりぼしだいこん ふくまめ にもの 切干大根と福豆の煮物 | | 刻み昆布 大豆 油揚げ かまぼこ(卵・小麦なし) | 油 三温糖 | 切干大根 人参 | | | もやしのとろみラーメン | | | 蒸し中華麺 油 ごま油 でんぷん | 玉葱 もやし 人参 しょうが 小松菜 コーン | | |
| | なめこ汁 | | 豆腐 みそ | | なめこ 小松菜 | | | ☆鶏肉の唐揚げ | | 鶏肉 | でんぷん 油 | しょうが | | |
| 4月 | ごはん 鶏肉の香味みそ焼き | ○ | | 精白米 | | 592 | 18月 | ☆鶏肉の唐揚げ | ○ | | | せとか | 31.2 | |
| | とりにく こうみ や 鶏肉の香味みそ焼き | | 鶏肉 みそ | ごま 砂糖 | しょうが 長ねぎ | | | 果物(せとか) | | | | | | |
| | さつま芋のきんぴら | | | 油 さつま芋 三温糖 | 人参 こんにゃく | | | ミルクパン | | | ミルクパン | | | |
| 5月 | 豆腐とわかめのすまし汁 | ○ | 豆腐 わかめ | | えのきたけ | 23.6 | 19月 | ☆クリームシチュー | ○ | 鶏肉 調理用牛乳 調製豆乳 | 油 じゃが芋 バター 小麦粉 | 人参 玉葱 しめじ | 534 | |
| | ☆チリチースドッグ | | 鶏ひき肉 ピザチーズ | コッペパン 油 小麦粉 | にんにく しょうが 玉葱 | | | ゆずドレッシングサラダ | | | 油 砂糖 | もやし きゃべつ きゅうり ゆず | | |
| | ぶたにく やさい にこ 豚肉と野菜の煮込み | | 豚肉 | 油 じゃが芋 でんぷん | 人参 玉葱 コーン ピーマン | | | お赤飯 | | 小豆 | 精白米 もち米 ごま | | | |
| 6月 | くだもの 果物(でこぼん) | ○ | | | でこぼん | 30.7 | 20月 | ぶりの照り焼き | 乳 酸 菌 飲 料 | ぶり | 油 | しょうが | 556 | |
| | ごはん 鶏肉と野菜の煮込み | | 豚肉 | 油 じゃが芋 砂糖 | こんにゃく れんこん 人参 | | | | | | | | | |
| | とりにく こうみ や 鶏肉の香味みそ焼き | | 鶏肉 みそ | ごま 砂糖 | しょうが 長ねぎ | | | れんこんのきんぴら | | | 油 じゃが芋 砂糖 | こんにゃく れんこん 人参 | | |
| 7月 | 海苔の佃煮 | ○ | のり | 砂糖 でんぷん | | 592 | 21月 | かまぼこ入りすまし汁 | | ○ | 豆腐 かまぼこ(卵・小麦なし) | | えのきたけ ほうれんそう | 22.3 |
| | 豆腐団子の春雨煮込み | | 豆腐 鶏ひき肉 | でんぷん 油 ごま油 緑豆春雨 | しょうが 筍 人参 白菜 しめじ 玉葱 チンゲン菜 | | | かまや 釜焼きピビンバ | 鶏ひき肉 | | 精白米 油 砂糖 ごま油 ごま | 大豆もやし ほうれん草 人参 しょうが | | |
| | 五色和え | | 卵 | 砂糖 | 小松菜 人参 もやし きゃべつ | | | ビーフン炒め | 豚肉 | | 油 ビーフン ごま油 | 人参 玉葱 きゃべつ ピーマン | | |
| 8月 | ☆みぞかつ丼 | ○ | 鶏肉 みそ | 精白米 小麦粉 パン粉 油 ごま油 砂糖 | | 644 | 22月 | きのことかぶのスープ | ○ | | ベーコン | | しめじ 玉葱 かぶ | |
| | ツナ野菜炒め | | ツナ | ごま油 | 人参 小松菜 きゃべつ もやし | | | くだもの 果物(でこぼん) | | | | でこぼん | | |
| | りんご | | | | りんご | | | チャブチェ丼 | | 豚肉 みそ | 精白米 押麦 砂糖 油 春雨 ごま油 | しょうが にんにく 筍 人参 小松菜 もやし | | |
| 9月 | くだもの 果物(りんご) | ○ | | | | 26.7 | 23月 | チョレギサラダ | | ○ | のり | ごま 油 ごま油 | きゃべつ きゅうり 水菜 玉葱 | 566 |
| | ごはん ジャンボしゅうまい | | | 精白米 | | | | わかめスープ | 豆腐 わかめ | | | 万能ねぎ | | |
| | ナムル | | | 油揚げ みそ | 玉葱 白菜 | | | 27.2 | 24月 | | ごはん 豚肉のしょうが焼き | ○ | | |
| 10月 | 白菜のみそ汁 | ○ | 油揚げ みそ | | 玉葱 白菜 | 27.2 | 25月 | もやし炒め | ○ | 豚肉 | 砂糖 油 | | しょうが | 575 |
| | 中華丼 | | 鶏肉 いか | 精白米 油 でんぷん | しょうが 人参 白菜 もやし 筍 玉葱 干し椎茸 | | | たぬき汁 | | みそ | 油 でんぷん | | こんにゃく ごぼう 人参 大根 玉葱 | |
| | 拌三絲 | | ハム | 春雨 ごま油 砂糖 | 人参 もやし きゅうり | | | 26月 | | さけちやぶ 鮭茶漬け | 鮭 | 精白米 ごま | | |
| 11月 | チンゲン菜のスープ | ○ | | | 長ねぎ チンゲン菜 えのきたけ | 23.8 | 27月 | いりどり | | ○ | 鶏肉 | 油 じゃが芋 砂糖 | しょうが ごぼう こんにゃく 筍 人参 | 558 |
| | スパゲティミートソース | | 豚ひき肉 鶏ひき肉 粉チーズ | スパゲティ 油 砂糖 | しょうが 玉葱 人参 マッシュルーム トマト缶 トマトペースト | | | ゆかり和え | | | | 大根 きゅうり ゆかり | | |
| | グリーンサラダ | | | 油 砂糖 | 水菜 きゃべつ きゅうり 玉葱 | | | 28.3 | 28月 | | ☆きなこ揚げパン | きなこ | コッペパン 三温糖 油 | |
| 12月 | チョコいちご | ○ | | ミルクチョコレート | いちご | 28.3 | 29月 | ☆ワンタンスープ | ○ | 豚肉 | ワンタンの皮 ごま油 | しょうが もやし 玉葱 ほうれん草 | 553 | |
| | | | | | | | | 果物(いちご) | | | | いちご | | |
| | | | | | | | | | | | | | | |
| ☆3日(火) 節分献立 | | | | | | | 金 | | | | | 23.5 | | |

☆3日(火) 節分献立

☆6日(金) 海苔の日

☆13日(金) バレンタインデー前日

☆19日(木) 6年生を送る会

☆20日(金) 校外学習(6年生)

交流給食(5年生・幼稚園年長児童)

※献立は、学校行事、その他の都合で変更することがあります。

※衛生管理上、果物以外の食材はサラダを含めてすべて加熱しています。

※料理名を右にたどると、その料理に使われている材料と働きがわかります。

※種実類(ごま・カカオ・栗を除く)、いくら、そば、キウイは使用していません。



リクエスト給食



6年生のリクエストで、上位になったメニューを3学期(2月・3月)に取り入れていきます。
☆印が上位になったメニューです。