








令和8年 2月の献立予定表 18回

日 曜 日	エネルギー たんぱく質	献立名	主な使用食材		
			体をつくるもの きのなけき	熱や力になるもの きのなけき	腸子を整えるもの きのなけき
2 月	 835 40.9	【ソースカツ丼】	<div>群 料 馬 理 県 の</div>	★豚肉	米、大麦、小麦粉、パン粉 三温糖、大豆油
		【ゆかり和え】			にんじん、キャベツ、きゅうり、大根、ゆかり
		【こしね汁】		★豚肉、みそ	にんじん、大根、干し椎茸、長ねぎ
3 火	 777 32.3	【いわしのかば焼き丼】		いわし	米、大麦、小麦粉、でんぶん 三温糖、大豆油、★ごま
		【けんちん汁】		豆腐、かまぼこ	にんじん、小松菜、大根、干し椎茸
		【黒糖大豆】		大豆	黒砂糖、でんぶん
4 水	 731 31.8	【ご飯】			米、大麦
		【鶏肉のレモンソースがけ】		鶏肉	でんぶん、小麦粉、三温糖、大豆油
		【野菜のからし和え】			生姜、レモン汁
		【じゃがいものみそ汁】		みそ、わかめ	小松菜、にんじん、キャベツ、からし 玉ねぎ
5 木	 717 29.8	【フレンチトースト】		★卵、★牛乳	★食パン、はちみつ、三温糖 グラニュー糖
		【ポークシチュー】		★豚肉、大豆	にんじん、トマト、にんにく、セロリ、玉ねぎ
		【カレードレッシングサラダ】			にんじん、キャベツ、きゅうり、とうもろこし 枝豆、玉ねぎ、カレー粉
6 金	 801 32.8	【照り焼きチキンのスパゲッティ】		鶏肉	スパゲッティ、三温糖、でんぶん 油
		【マスタードサラダ】			にんじん、生姜、にんにく、玉ねぎ ぶなしめじ、長ねぎ
		【サーターアンダーギー】		★牛乳	パプリカ、にんじん、キャベツ、きゅうり マスタード
					小麦粉、三温糖、油
9 月	 783 32.5	【きつねうどん】		油揚げ、鶏肉	にんじん、小松菜、大根、干し椎茸、長ねぎ 白菜
		【焼きししゃも】		★ししゃも	
		【みそポテト】		みそ	じゃがいも、小麦粉、三温糖 大豆油
10 火	 696 33.2	【わかめご飯】		わかめ	米、大麦
		【魚の西京焼き】		シルバー、みそ	三温糖
		【じゃがいものきんぴら】		★豚肉	にんじん、さやいんげん、ごぼう
		【かきたま汁】		豆腐、★卵	にんじん、小松菜
12 木	 727 28.4	【ご飯】			米、大麦
		【魚の薬味ソースがけ】		ホキ	でんぶん、小麦粉、三温糖、大豆油
		【小松菜のごま和え】			生姜、にんにく、長ねぎ
		【白菜のみそ汁】			小松菜、にんじん、もやし
13 金	 748 29.2	【チョコパン】			にんじん、大根、白菜
		【イタリアンサラダ】		★ミルクパン、★チョコレート	
		【ポトフ】		★ダイスチーズ	にんじん、キャベツ、きゅうり、とうもろこし にんにく、レモン汁
		【いちご】		鶏肉、★ウィンナー	じゃがいも、油 にんじん、にんにく、玉ねぎ、キャベツ いちご

☆ 学校行事、材料購入の関係で献立が変わることがあります。

☆ 食中毒防止のため、果物以外は加熱調理を行っています。

台東区立浅草中学校

日 曜 日	エネルギー たんぱく質	献立名	主な使用食材		
			体をつくるもの きのなけき	熱や力になるもの きのなけき	腸子を整えるもの きのなけき
14 土	 832 24.9	【ご飯】			米、大麦
		【酢豚】		★豚肉	でんぶん、小麦粉、じゃがいも 三温糖、大豆油、油
		【かぶのスープ】			にんじん、ピーマン、生姜、にんにく、玉ねぎ だけのこ、干し椎茸
		【ぶどうゼリー】		寒天	にんじん、小松菜、玉ねぎ、かぶ ぶどうジュース、ぶどう缶
17 火	 710 27.7	【チンジャオロース焼きそば】		★豚肉	中華麺、三温糖、でんぶん、油 ごま油
		【白菜スープ】		鶏肉	ピーマン、赤パプリカ、黄パプリカ、にんにく 生姜、玉ねぎ、だけのこ、もやし
		【さつまいもチップス】			にんじん、小松菜、白菜、長ねぎ
					さつまいも、三温糖、はちみつ 大豆油
18 水	 777 37.9	【丸パン】			★丸パン
		【チキンカツ】		鶏肉	小麦粉、パン粉、三温糖、大豆油
		【キャベツサラダ】			三温糖、油
		【ホワイトシチュー】		鶏肉、★牛乳	にんじん、パプリカ、キャベツ、きゅうり 玉ねぎ
19 木	 704 32.6	【ご飯】			米、大麦
		【豆腐のうま煮】		鶏肉、豆腐、★うずらの卵	三温糖、でんぶん、油
		【春雨スープ】		鶏肉	にんじん、チンゲン菜、生姜、白菜
		【清見オレンジ】			にんじん、小松菜、えのきたけ、長ねぎ 清見オレンジ
20 金	 799 25.9	【カレーライス】		鶏肉	米、大麦、じゃがいも、小麦粉 油、★バター
		【海藻サラダ】		寒天、わかめ、くきわかめ	にんじん、生姜、にんにく、セロリ、玉ねぎ カレー粉
		【フルーツヨーグルト】		★ヨーグルト	もやし、きゅうり、とうもろこし
					★桃缶、パイナップル缶
24 火	 728 32.1	【ご飯】			米、大麦
		【さばのごまつけ焼き】		さば	★ごま
		【ピリ辛ひじき】		ツナ、ひじき	生姜
		【どさんこ汁】		★豚肉、みそ	にんじん、きゅうり、キャベツ、 にんじん、玉ねぎ、とうもろこし、長ねぎ
25 水	 831 34.8	【ミルクパン】			★ミルクパン
		【ラザニア】		★豚肉、鶏肉、大豆、★牛乳 ★生クリーム、★ビザチーズ	マカロニ、小麦粉、オリーブ油 ★バター、油
		【青菜ときのこのスープ】			にんじん、トマト、にんにく、玉ねぎ マッシュルーム
					にんじん、小松菜、玉ねぎ、ぶなしめじ えのきたけ
26 木	 809 28.8	【ビビンバ】		★豚肉、牛肉、みそ	小松菜、にんじん、にんにく、生姜、干し椎茸 だけのこ、だいずもやし
		【わかめスープ】		鶏肉、わかめ	にんじん、玉ねぎ、えのきたけ
		【大学芋】			さつまいも、三温糖、大豆油 ★ごま
27 金	 792 30.0	【豚キムチ丼】		★豚肉	にんじん、にんにく、生姜、玉ねぎ、キャベツ だけのこ、もやし、長ねぎ、キムチ
		【チヂミ】		★卵、★豚肉	小麦粉、上新粉、三温糖、ごま油
		【豆腐とえのきのスープ】		豆腐	にんじん、にら、玉ねぎ、にんにく、長ねぎ
		【バインゼリー】		寒天	小松菜、えのきたけ、長ねぎ バイン缶

<2月の給食目標>

給食用品を大切にしよう

