

令和8年

2月 学校給食献立表 A(小)

東部共同調理場

日	曜	 こんだてめい 食材等の都合により献立がかわることがあります	食 品 の は た ら き								えいようか エネルギー (kcal) たんぱく質(g) しじょう(g) えんぶん(g)	
			おもにエネルギーの もとになる食品 (きいろ)		おもにからだをつくる もとになる食品 (あか)		おもにからだのちようしをとのえる もとになる食品 (みどり)					
2	月	ごはん	牛乳 いわしフライソースかけ こまつな 小松菜のごまあえ けんちん汁	行事食 節分	ごはん パンこ さとう さといも	あぶら ごま	いわし ちくわ あぶらあげ とうふ	牛乳	こまつな にんじん	もやし だいこん ごぼう ねぎ こんにゃく	624 22.9 20.4 2.6	
3	火	食パン いちごジャム	牛乳 ツナマヨオムレツ ジャーマンポテト コーンクリームスープ		パン じゃがいも	あぶら マヨネーズ	まぐろ たまご ベーコン だいず とりにく	牛乳 脱脂粉乳	にんじん	たまねぎ コーン	625 25.0 19.0 2.7	
4	水	うどん	牛乳 きなこ揚げパン さんしやく 三色あえ かしわうどん汁		うどん パン さとう	あぶら	きなこ とりにく あぶらあげ なると	牛乳 脱脂粉乳	ほうれんそう にんじん	もやし たまねぎ だいこん ほししいたけ	618 26.9 17.4 3.5	
5	木	ごはん	牛乳 あまぎにく 甘酢肉だんご(2) 豚キムチ どうにゆう 豆乳みそスープ いよかん		ごはん さとう てんぷん	あぶら ごまあぶら	にくだんご ぶたにく とうふ どうにゆう みそ	牛乳	にんじん チンゲンサイ	はくさい もやし しょうが キャベツ だいこん たまねぎ にんにく いよかん	620 24.2 17.7 2.1	
6	金	ごはん	牛乳 わかどり 若鶏の照り焼き のりタクあえ なめこ汁		ごはん さとう てんぷん	マヨネーズ	とりにく とうふ みそ	牛乳 のり	こまつな にんじん	もやし なめこ だいこん ねぎ	606 25.1 21.8 2.4	
9	月	ごはん	牛乳 ヤンニョムチキン(2) もやしのナムル わかめスープ		ごはん さとう てんぷん	あぶら ごまあぶら ドレッシング	とりにく ミートボール	牛乳 わかめ	にんじん	にんにく きゅうり もやし はくさい たまねぎ	639 28.6 21.1 2.5	
10	火	キャロット ピラフ	牛乳 とりにく 鶏肉ときのこのドリアソース わかめとツナのサラダ レモンゼリー		ピラフ ゼリー	あぶら ドレッシング	とりにく まぐろ	牛乳 生クリーム 脱脂粉乳 わかめ	にんじん	たまねぎ コーン しめじ きゅうり マッシュルーム キャベツ	638 23.9 18.2 2.5	
12	木	しょう 小こめっこ ぱん	牛乳 ハート型コロッケ こんにゃくサラダ ペンネのミートソース煮		パン コロッケ マカロニ	あぶら ドレッシング	ぶたにく だいず	牛乳 かいそう	にんじん トマト	こんにゃく だいこん きゅうり にんにく たまねぎ コーン	675 24.6 24.9 2.4	
13	金	ごはん	牛乳 あかうお さいきょうや 赤魚の西京 焼き こぎつねごはんの具 ほうとう	<山梨県の郷土料理> 「ほうとう」	ごはん さとう ほうとうめん	あぶら	あかうお みそ あぶらあげ とりにく ぶたにく	牛乳	にんじん かぼちゃ	ねぎ はくさい だいこん しめじ	646 30.0 16.3 2.2	
16	月	ラーメン	牛乳 にたまご しお 煮卵 うま塩キャベツサラダ サンマーメンスープ メープルマフィン		ラーメン さとう てんぷん メープルマフィン	ドレッシング あぶら	たまご ぶたにく なると	牛乳	にんじん にら	キャベツ きゅうり コーン はくさい ねぎ たけのこ もやし にんにく	611 28.7 18.0 4.9	
17	火	ごはん	牛乳 レバー入りメンチカツ 鶏肉とひじきの煮物 はくさい 白菜とエリンギのみそ汁		ごはん パンこ さとう	あぶら	メンチカツ みそ とりにく だいず あぶらあげ とうふ	牛乳 ひじき	にんじん こまつな	ごぼう こんにゃく はくさい だいこん ねぎ エリンギ	636 24.6 20.1 2.2	
18	水	おぎ 麦ごはん	牛乳 ビーンズカレー だいこん 大根とツナのサラダ いちごヨーグルト		おぎごはん じゃがいも	あぶら ドレッシング	ぶたにく だいず まぐろ ひよこめ	牛乳 ヨーグルト	にんじん	たまねぎ しょうが にんにく だいこん きゅうり	700 24.1 18.3 2.8	
19	木	しょうせわ 小背割り コッペパン	牛乳 フランクフルト コーンサラダ 焼きそば		パン 焼きそば	ドレッシング あぶら	フランクフルト ぶたにく	牛乳	にんじん	キャベツ きゅうり コーン たまねぎ キャベツ もやし	694 27.0 26.1 4.1	
20	金	ごはん	牛乳 しのだ に 信田煮 こまつな つぶ 小松菜の粒マスタードあえ 豚汁		ごはん さとう じゃがいも		ぶたにく まぐろ あぶらあげ とうふ みそ	牛乳	こまつな にんじん	もやし だいこん ごぼう ねぎ こんにゃく	626 26.9 19.9 2.7	
24	火	ごはん	牛乳 あげぎょうざ(2) 春雨サラダ まーぼーどうふ 麻婆豆腐 アセロラミニゼリー		ごはん ぎょうざのかわ はるさめ さとう てんぷん ゼリー	ごまあぶら あぶら	ぎょうざ ぶたにく とうふ みそ	牛乳	にんじん こまつな	きゅうり もやし たまねぎ しょうが ほししいたけ ねぎ にんにく	668 22.7 20.9 2.3	
25	水	ごはん	牛乳 さばのカレー焼き キャベツの甘酢づけ まえばし麦豚肉じゃが		ごはん さとう じゃがいも	あぶら	さば ぶたにく	牛乳	にんじん いんげん	キャベツ きゅうり だいこん たまねぎ しらたき	679 26.9 24.9 2.1	
26	木	さくらごはん	牛乳 鶏そぼろのたまご焼き ごぼうサラダ ハ戸せんべい汁	<青森県の郷土料理> 「ハ戸せんべい汁」	ごはん さといも せんべい	ごま マヨネーズ	とりにく たまご	牛乳	にんじん	ごぼう きゅうり だいこん はくさい しめじ ねぎ	627 22.0 22.8 2.7	
27	金	まる 丸パン よこぎ 横切り	牛乳 ハンバーグトマトソースかけ イタリアンサラダ 白菜のポトフ チーズ		パン さとう じゃがいも	あぶら ドレッシング	ハンバーグ ウインナー	牛乳 チーズ	パプリカ にんじん	たまねぎ きゅうり キャベツ はくさい だいこん コーン	643 20.8 26.2 3.1	
今月の献立目標 「行事食を知らう」											※()の中の数はいりつけ数です	月平均栄養量
「第8回 行事食」												
行事食 節分												

今月の献立目標 「行事食を知ろう」

※()の中の数はいりつけ数です

月平均栄養量

643
25.6
20.8
2.8

「節分」



節分は立春の前の日のことをいいます。豆をまいて邪気や災いを追いはらい、福を呼びこみます。自分の年齢の数だけ豆を食べます。これを「年取豆(としとりまめ)」といい、一年の無病息災を祈ります。

<行事食>～節分～

ごはん 牛乳
いわしフライソースかけ
小松菜のごまあえ
けんちん汁

【今月の前橋産の食材】

米 さといも じゃがいも
はくさい キャベツ ごぼう
だいこん ねぎ こまつな