

令和8年2月 小学校学校給食献立表

南部共同調理場

日 曜	こ ん だ て め い				食 品 の は た ら き						栄養価	
	食材等の都合により献立がかわることがあります。				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 ととのえるもとになる食品 (みどり)		エネルギー(kcal) たんぱく質(g) しじょう(g) えんぶん(g)	
2	月	うどん	牛乳	たこ ^{がた} 形 ^や ご焼き かんさい ^{かん} ふう ^{さい} うどん ^{ふう} 汁 ^じ 関西風うどん汁	ブロッコリーとツナのごまあえ グレープゼリー	うどん さとう ゼリー	ごま	たこやき ツナ とりにく かまぼこ	牛乳	ブロッコリー にんじん	キャベツ もやし だいこん たまねぎ ねぎ えのきたけ ほししいたけ	547 24.2 11.2 3.4
3	火	ごはん	牛乳	いわしフライ ^{あまから} 甘 ^や 辛 ^や ソースかけ こまつな ^{こまつな} 小松菜 ^{小松菜} のごまあえ ^{ごまあえ} けんちん ^{けんちん} 汁 ^じ	行事食「節分」	ごはん さとう さといも	あぶら ごま ごまあぶら	いわしフライ とうふ あぶらあげ ちくわ	牛乳	こまつな にんじん	もやし ねぎ だいこん ごぼう こんにやく	632 24.4 21.0 2.5
4	水	しょうろーるパン	牛乳	チキンナゲット(2) ^や 焼きそば フルーツヨーグルトあえ		パン やきそば	あぶら	チキンナゲット ぶたにく	牛乳 ヨーグルト	にんじん	たまねぎ キャベツ もやし もも パイ	729 26.6 26.7 3.2
5	木	はつがげんまい 発芽玄米ごはん	牛乳	たまご ^{たまご} 炒 ^炒 り豆腐 ^{豆腐} き ^き ぼ ^ぼ だいこん ^{だいこん} 切り干し大根 ^{切り干し大根} のピリカラあえ ^{ピリカラあえ} どん ^{どん} さん ^{さん} こ ^こ 汁 ^じ		はつがげんまい さとう じゃがいも	あぶら ごまあぶら バター	とりにく たまご だいず とうふ ぶたにく みそ	牛乳	にんじん	たまねぎ はくさい ほししいたけ きゅうり もやし ねぎ コーン きりほしだいこん しょうが にんにく	619 24.6 16.7 2.6
6	金	しょく 食パン いちごジャム	マ ス ジ ョ ウ コ ッ ト	ハンバーグオニオンソースかけ グリーンサラダ コーンシチュー		パン さとう かたくりこ じゃがいも ジャム	あぶら	ハンバーグ とりにく	ジョア 牛乳	ブロッコリー にんじん	たまねぎ りんご にんにく コーン キャベツ きゅうり	614 25.2 17.1 3.4
9	月	わかめごはん	牛乳	だし ^{だし} 巻きたまご ^{巻きたまご} 上州 ^{上州} きんぴら ^{きんぴら} tonton汁 ^汁		ごはん さとう すいとん さといも	ごま あぶら バター	たまご とうふ さつまあげ ぶたにく みそ あぶらあげ ミートボール	牛乳 わかめ	にんじん	ごぼう ほししいたけ だいこん しょうが えのきたけ しめじ こんにやく	618 25.7 15.9 3.5
10	火	ごはん	牛乳	とりにく ^{とりにく} はる ^{はる} さめ ^{さめ} 鶏肉 ^{鶏肉} と春雨 ^{春雨} のうまから煮 ^{うまから煮} ず ^ず のり ^{のり} 酢 ^酢 あえ ^{あえ} 呉 ^呉 汁 ^汁		ごはん はるさめ さとう かたくりこ	あぶら ごまあぶら	とりにく みそ だいず ぶたにく あぶらあげ	牛乳 のり	にんじん ほうれんそう	たまねぎ キャベツ しょうが にんにく もやし きゅうり だいこん はくさい ごぼう えのきたけ	584 28.9 17.1 2.2
12	木	チョコチップパン	牛乳	あじのトマトソースかけ かんてんサラダ ABCスープ		パン さとう かたくりこ マカロニ	あぶら オリーブオイル	あじ ベーコン	牛乳 かいそう	ピーマン トマト にんじん	たまねぎ きゅうり にんにく はくさい セロリ もやし コーン レモンかじゅう	594 25.3 21.1 3.5
13	金	ごはん	牛乳	ビーンズハヤシ れんこんツナマヨサラダ ぼんかん		ごはん じゃがいも さとう	バター ごま あぶら ノンエッグマヨ ネーズ	ぶたにく だいず ツナ	牛乳	にんじん こまつな	たまねぎ エリンギ にんにく れんこん キャベツ コーン ぼんかん	697 23.4 26.0 2.4
16	月	ごはん	牛乳	ルーローハン パンチンツアイ(青菜のあえもの) ルオポータン(大根のスープ) 「台湾献立」		ごはん さとう かたくりこ	あぶら ごまあぶら	ぶたにく だいず とりにく うずらたまご とりだんご	牛乳	こまつな にんじん	たまねぎ たけのこ ねぎ ほししいたけ にんにく しょうが もやし コーン キャベツ だいこん えのきたけ	602 25.6 21.4 2.4
17	火	ごはん	牛乳	とりにく ^{とりにく} 鶏 ^て つく ^て ね ^ね の照 ^や り ^焼 きソースかけ マカロニ ^{マカロニ} サラダ ^{サラダ} まえ ^ま ば ^え し ^し 麦 ^麦 豚 ^豚 とん汁 ^汁		ごはん さとう かたくりこ マカロニ じゃがいも	ノンエッグマ ヨネーズ ごまあぶら	とりつくね ぶたにく とうふ みそ	牛乳	にんじん	キャベツ きゅうり コーン だいこん しめじ ねぎ こんにやく	669 27.5 22.1 2.7
18	水	ごはん	牛乳	あ ^あ げ ^げ ぎ ^ぎ よう ^{よう} ざ ^ざ (2) はる ^{はる} さめ ^{さめ} 揚 ^揚 げ ^げ ぎ ^ぎ よう ^{よう} ざ ^ざ 春 ^春 雨 ^雨 サ ^サ ラ ^ラ ダ ^ダ はっ ^は ぽ ^っ う ^う さい ^{さい} 八 ^八 宝 ^宝 菜 ^菜		ごはん はるさめ さとう かたくりこ	あぶら ごまあぶら	ぎょうざ ぶたにく いかなると うずらたまご	牛乳	にんじん	はくさい たまねぎ たけのこ きゅうり ほししいたけ もやし しょうが にんにく	638 23.5 21.1 2.4
19	木	しょうせわ 小背割り コッペパン	牛乳	フランクフルトケチャップソースかけ かい ^{かい} せん ^{せん} や ^や 海 ^海 鮮 ^鮮 焼 ^焼 き ^き ビー ^{ビー} フ ^フ ン ^ン カ ^カ レ ^レ ー ^ー 風 ^風 味 ^味 海 ^海 藻 ^藻 サ ^サ ラ ^ラ ダ ^ダ		パン さとう かたくりこ ビーフン	あぶら ごまあぶら	フランクフルト いか えび	牛乳 かいそう	チンゲンサイ にんじん	たまねぎ にんにく キャベツ きゅうり もやし	621 26.9 22.5 3.9
20	金	ごはん	牛乳	わか ^{わか} どり ^{どり} 若 ^若 鶏 ^鶏 の ^の から ^{から} あ ^あ げ ^げ (2) もやし ^{もやし} の ^の ナム ^{ナム} ル ^ル 豆 ^豆 腐 ^腐 チ ^チ ゲ ^ゲ		ごはん かたくりこ さとう	あぶら ごま ごまあぶら	とりにく ぶたにく とうふ みそ	牛乳 わかめ	こまつな にんじん	しょうが もやし だいこん はくさい たまねぎ にんにく	688 28.2 27.6 2.7
24	火	ごはん	牛乳	あかうお ^{あかうお} さいきよう ^{さいきよう} や ^や にく ^{にく} 赤魚 ^{赤魚} の西京焼 ^{西京焼} 肉 ^肉 じ ^じ ゃ ^ゃ が ^が と ^と り ^り 鶏 ^鶏 だ ^だ ん ^ん ご ^ご の ^の み ^み そ ^そ 汁 ^汁		ごはん じゃがいも さとう	あぶら	あかうお ぶたにく とりだんご とうふ みそ	牛乳	にんじん いんげん	たまねぎ だいこん はくさい ねぎ えのきたけ しらたき	571 27.7 16.1 2.2
25	水	むぎ 麦ごはん	牛乳	と ^と り ^り 鶏 ^鶏 ご ^ご ぼ ^ぼ う ^う カ ^カ レ ^レ ー ^ー ま ^ま め ^め こ ^こ く ^く も ^も つ ^つ い ^い 豆 ^豆 と穀 ^穀 物 ^物 入 ^入 り ^り ツ ^ツ ナ ^ナ サ ^サ ラ ^ラ ダ ^ダ 豆 ^豆 乳 ^乳 ブ ^ブ リン ^{リン}		むぎごはん じゃがいも こくもつ さとう プリン	あぶら オリーブオイル	とりにく ツナ だいず	牛乳	にんじん	たまねぎ ごぼう しょうが にんにく キャベツ きゅうり コーン レモンかじゅう	666 22.6 17.5 2.8
26	木	ごはん	牛乳	さばのねぎソースかけ ひじきの炒 ^い り ^に 煮 ^煮 じゃがいも ^{じゃがいも} のみ ^{のみ} そ ^そ 汁 ^じ		ごはん さとう じゃがいも	あぶら ごまあぶら	さば だいず あぶらあげ さつまあげ とうふ みそ	牛乳 ひじき	にんじん	ねぎ しょうが はくさい だいこん えのきたけ こんにやく	638 26.0 22.2 2.5
27	金	ラーメン	コ ー ル 牛乳 ヒ ー	ぼ ^ぼ う ^う 棒 ^棒 ぎ ^ぎ よう ^{よう} ざ ^ざ 中 ^{ちゅう} 華 ^か あ ^あ え ^え み ^み そ ^そ ラ ^ラ ー ^ー メ ^メ ン ^ン ス ^ス ー ^ー プ ^プ		ラーメン ミルメーク さとう	あぶら ごまあぶら	ぎょうざ ぶたにく なると みそ	牛乳	チンゲンサイ にんじん	キャベツ きゅうり もやし ねぎ コーン にんにく しょうが	602 25.8 17.8 3.8
* () の数 は もりつけ数 です。										月平均栄養量		629 25.7 20.1 2.9

○今月の産物

【群馬県産】牛乳・うどん・豚肉・こんにやく

【前橋産】米・きゅうり・こまつな・ブロッコリー
にんじん(上旬)・キャベツ(下旬)
「まえばし麦豚とん汁」の豚肉

