

令和8年 2月 ようちえん給食献立表 北部共同調理場(電話:269-7082)

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					栄養価 エネルギー(kcal) たんぱく質(g) しつ(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)	おもにからだのちうしを ととのえるもとになる食品 (みどり)			
2月	ごはん	牛乳	まーぼーじゅふ しお 麻婆豆腐 うま塩キャベツ りんごタルト	ごはん さとう かたうりこ タルト	あぶら ごま ドレッシング	ぶたにく だいす とうふ みそ	牛乳	にんじん にら	キャベツ きゅうり ねぎ たけのこ しょうが にんにく しいたけ	539 19.6 19.9 1.5
3火	ごはん	行事食 牛乳	いわしフライ(ソ) こまつな 小松菜のごまあえ じる けんちん汁	ごはん パンこ さといも さとう	あぶら ごま	いわし とりにく とうふ	牛乳	にんじん こまつな	もやし ごぼう ねぎ だいこん こんにゃく	478 20.1 18.3 2.0
4水	わかめごはん	牛乳	あまざけにくだんご こうやどうふ しる 甘酢肉団子(2) 高野豆腐のみそ汁 れんこんツナマヨサラダ しゅん:れんこん	ごはん さといも さとう	ごま マヨネーズ	肉団子 ツナみそ こうやどうふ あぶらあげ	牛乳 わかめ	にんじん こまつな	れんこん キャベツ きゅうり コーン だいこん ネギ	467 19.5 16.4 2.2
5木	チョコチップパン	牛乳	スパニッシュオムレツ しゅん:ブロッコリー ブロッコリーサラダ ポークビーンズ	パン じゃがいも	あぶら ドレッシング	たまご ぶたにく だいす	牛乳	にんじん トマト ブロッコリー ピーマン	キャベツ きゅうり コーン たまねぎ にんにく	533 22.7 22.2 2.0
6金	ごはん	牛乳	みそかつ キャベツの昆布づけ こんぶ あいちゃん献立	ごはん パンこ ほうどうめん さとう	あぶら ごまあぶら ごま	とりにく かまぼこ あぶらあげ みそ	牛乳 こんぶ	にんじん みずな こまつな	キャベツ きゅうり ねぎ しいたけ	496 23.5 17.4 1.8
9月	むぎ 麦ごはん	牛乳	チキンカレー チーズサラダ シークワーサーゼリー	麦ごはん じゃがいも ゼリー	あぶら ドレッシング	とりにく	牛乳 チーズ	にんじん トマト	キャベツ きゅうり コーン たまねぎ しょうが にんにく	523 18.2 16.6 2.1
10火	こめっこぱん	牛乳	まぐろフライ グリーンサラダ まえばしむぎぶたのわふう 前橋麦豚の和風ポトフ しゅん:まぐろ	パン じゃがいも パンこ	あぶら ドレッシング	まぐろ ぶたにく みそ	牛乳	にんじん ほうれんそう	キャベツ きゅうり たまねぎ はくさい だいこん	499 22.6 21.2 1.9
12木	うどん	牛乳	えびいかき揚げ あひじきのツナ和え きつねうどん汁 じる	うどん こむぎこ	あぶら ごま ドレッシング	えび いか ぶたにく ツナ あぶらあげ	牛乳 ひじき	にんじん	キャベツ きゅうり ねぎ だいこん しいたけ	566 22.8 25.1 2.7
13金	ごはん	牛乳	ぶりのみそ焼き 五目きんぴら ごもく とりだんごじる 鶏団子汁 しゅん:ぶり	ごはん さとう	あぶら ごま	ぶり だいす ぶたにく とりつみれ みそ	牛乳	にんじん チンゲンサイ	ごぼう はくさい ねぎ しいたけ こんにゃく	482 25.1 20.0 1.8
16月	ごはん	牛乳	わかぢり 若鶏のからあげねぎソース(2) わかぢり キャベツの塩もみ しる さといも 里芋のみそ汁	ごはん さといも さとう かたくりこ	あぶら ごまあぶら みそ	とりにく とうふ みそ	牛乳	にんじん みずな	キャベツ きゅうり ねぎ しめじ こんにゃく	531 22.9 24.0 1.6
17火	ごはん	牛乳	ガパオライスの具 春雨サラダ とうふ 豆腐のスープ タイ献立	ごはん はるさめ さとう	あぶら ごまあぶら	ぶたにく だいす とうふ とりつみれ	牛乳	にんじん ピーマン パプリカ チンゲンサイ	たまねぎ にんにく きゅうり だいこん しひたけ しうが	441 19.9 6.8 2.2
18水	ごはん	牛乳	いちやば あじの一夜干し のり酢あえ ton-ton汁 じる	ごはん すいとん さとう	ごまあぶら バター	あじ ぶたにく とうふ みそ あぶらあげ ミートボール	牛乳 のり	にんじん ほうれんそう	もやし だいこん ごぼう ねぎ しょうが こんにゃく しめじ えのき	450 23.9 14.1 2.4
19木	せわ 背割りコツ ペパン	牛乳	まえばしごもく や 前橋五目焼きそば ちゅうか たまご アセロラゼリーあえ	パン やきそばめん かたくりこ ゼリー	あぶら ごまあぶら	ぶたにく とうふ たまご	牛乳 わかめ	にんじん こまつな	たまねぎ キャベツ にんにく だいこん ねぎ しいたけ もも パイン	465 19.3 16.1 2.0
20金	ごはん	牛乳	たつたあ にしんの竜田揚げ 築前煮 ふのみそ汁 しゅん:にしん	ごはん じゃがいも ふさとう かたくりこ	あぶら	にしん とりにく あぶらあげ みそ	牛乳	にんじん チンゲンサイ	ごぼう キャベツ ねぎ こんにゃく	482 23.0 19.4 1.6
24火	さくらごはん	牛乳	あつや 厚焼ききたまご 三色あえ あつあ 厚揚げと野菜の南蛮煮	ごはん じゃがいも さとう かたくりこ	あぶら ごま	たまご ぶたにく あつあげ みそ	牛乳	にんじん ほうれんそう	もやし たまねぎ ごぼう こんにゃく	481 22.8 18.1 1.6
25水	まる 丸パン横切 り	牛乳	ハンバーグデミグラスソース まめまめサラダ コーンクリームスープ	パン じゃがいも さとう	あぶら ドレッシング	ぶたにく とりにく だいす	牛乳	にんじん パセリ	たまねぎ キャベツ きゅうり コーン	552 24.7 23.2 2.3
26木	ラーメン	牛乳	あ ココア揚げパン バンバンジーサラダ しお 塩バターラーメンスープ	ラーメン パン さとう かたくりこ	あぶら バター ドレッシング	ぶたにく とりにく	牛乳	にんじん チンゲンサイ	だいこん きゅうり もやし キャベツ ねぎ にんにく	529 21.8 17.1 2.5
27金	ごはん	牛乳	さばのスタミナ焼き おかげこんにゃく とんじる キャベツ豚汁	ごはん さといも さとう	あぶら	さば ぶたにく かつおぶし さつまあげ とうふ みそ	牛乳	にんじん こまつな	キャベツ ねぎ こんにゃく	491 21.7 21.0 2.0

☆( )の数はもりつけ数です。(ソ)はソースが別につきます。

行事食「節分」



節分は「季節の変わり目」という意味で、立春の前日の2月3日を指します。昔から大豆には災いや病気などの「魔」を減ぼす力があるとされており、1年の健康を願って豆まきを行うようになりました。

【今月の前橋産の食材】

こめ きゅうり こまつな  
ねぎ みずな さといも  
大根 キャベツ にんじん  
チンゲンサイ はくさい など

月平均栄養量

