

令和8年 2月 学校給食予定献立表

中学校

実施日	献立名	主な材料とその働き			栄養量
		血・肉・骨になるもの (あかのたべもの)	体の調子をととのえるもの (みどりのたべもの)	熱や力になるもの (きいろのたべもの)	
2月	牛乳 白飯 豚肉の玉ねぎソースがけ れんこんとごぼうのサラダ 五郎島金時と白菜のみそ汁 和気小児童献立	牛乳 豚肉 みそ	しょうが にんにく 玉ねぎ ごぼう れんこん キュウリ にんじん 白菜 ねぎ	白飯 油 三温糖 バター でんぶん ドレッシング さつまいも	762 26.4 23.3
3火	牛乳 手巻き寿司(エビフライ・ (まわし草のツナサラダ・手巻きのり) 紅白すまし汁 部分の日メニュー	牛乳 ツナ のり エビフライ	ほうれん草 玉ねぎ にんじん えのきだけ ねぎ	すし飯 マヨネーズ 油 煮込みもち	855 29.8 24.0
4水	牛乳 玄米しそご飯 大豆と小魚のごまからめ おでん りんご	牛乳 大豆 かえり煮干し 豚肉 厚揚げ ちくわ	にんじん 大根 りんご	玄米しそご飯 でんぶん 油 ごま 三温糖 水あめ 黒砂糖 里いも	885 33.7 24.2
5木	牛乳 キャロットパン 若鶏のピカタ ベンネのトマトソース スッパ(具たくさんスープ) イタリアメニュー	牛乳 若鶏のピカタ 豚ひき肉 ワインナー	にんにく 玉ねぎ にんじん トマト ピーマン キャベツ	キャロットパン オリーブ油 三温糖 ベンネ ジャガイモ	770 31.9 28.8
6金	牛乳 白飯 あじフライ 切り干し大根のサラダ すきやき煮	牛乳 あじフライ 牛肉 焼き豆腐	切り干し大根 キュウリ にんじん コーン えのきだけ 白菜 ねぎ	白飯 油 三温糖 ごま油 車ふ	822 32.5 26.3
9月	牛乳 白飯 白身魚フライ ごま味和え カレーうどん	牛乳 ホキフライ 豚肉 うす揚げ	キャベツ にんじん 小松菜 玉ねぎ ねぎ	白飯 油 三温糖 ごま ごま油 カレールウ 米粉うどん	816 32.1 23.0
10火	牛乳 中華風ご飯 コーンかきたまスープ	牛乳 豚肉 うす揚げ 鶏肉 絹豆腐 卵	干ししいたけ たけのこ にんじん 枝豆 コーン チンゲンサイ	炒飯ベースご飯 油 三温糖 ごま油 でんぶん	769 33.8 24.8
12木	牛乳 バターロール 鶏肉のマスタード焼き かぶとチーズのサラダ 白菜のクリームシチュー	牛乳 鶏肉 チーズ 豚肉 生クリーム	にんにく キャベツ かぶ にんじん レモン果汁 玉ねぎ 白菜	バターロール 三温糖 オリーブ油 ジャガイモ 米粉 バター	740 33.0 32.0
13金	牛乳 白飯 さつま揚げの三味焼き ごぼうの炒り煮 なめこののっつい汁 ヨーグルト	牛乳 さつま揚げ 豚肉 ひじき 鶏肉 木綿豆腐 ヨーグルト	しょうが ねぎ にんにく ごぼう にんじん さやいんげん 大根 なめこ	白飯 三温糖 ごま油 油 里いも でんぶん	762 31.7 15.8
16月	牛乳 白飯 肉団子 野菜ソテー あさり入り八宝菜	牛乳 鶏肉内団子 あさり 豚肉	ブロッコリー にんじん コーン しょうが 玉ねぎ 干ししいたけ たけのこ 白菜 チンゲンサイ	白飯 オリーブ油 油 でんぶん ごま油	802 32.2 24.3
17火	牛乳 カレーライス フルーツミルクゼリー	牛乳 牛肉 チーズ	にんにく しょうが 玉ねぎ にんじん フルーツチャツナ りんご みかん バイナップル 黄桃	麦飯 油 ジャガイモ バター 小麦粉 カレールウ ミルクソフトゼリー ナタデココ	923 23.9 27.1
18水	牛乳 白飯 寒ぶりのゆずソースがけ ごま油入りほうれん草のりのり和え 加賀みそを使ったかぼちゃのめった汁 中央小児童献立	牛乳 がんのり 豚肉 うす揚げ みそ	にんにく ゆず果汁 ほうれん草 もやし にんじん しめじ 大根 かぼちゃ ねぎ	白飯 でんぶん 米粉 油 バター 三温糖 ごま油	828 33.6 30.0
19木	牛乳 ミルクロール 黒豆きなこクリーム フライドチキン ポテトサラダ コンソメシュリアン	牛乳 鶏肉 ベーコン	にんにく キュウリ にんじん コーン 玉ねぎ えのきだけ キャベツ	黒豆きなこクリーム ミルクロール でんぶん 米粉 油 ジャガイモ マヨネーズ	829 29.1 41.6
20金	牛乳 白飯 照り焼きハンバーグ 小松菜のガーリックソテー ¹ にらたまスープ	牛乳 鶏豚/ハンバーグ 鶏肉 絹豆腐 卵	にんにく 玉ねぎ コーン にんじん 小松菜 にら	白飯 三温糖 水あめ でんぶん オリーブ油	785 31.7 24.7
24火	牛乳 豚のそぼろすし わかめスープ 型抜きチーズ(1,2年のみ)	牛乳 さば 豚肉 絹豆腐 わかめ チーズ	しょうが 玉ねぎ にんじん 枝豆 もやし ねぎ	すし飯 油 三温糖 ごま油	713 25.9 24.0
	鶏肉のたつた揚げ ブロッコリーサラダ いちご ショートケーキ 中学3年生のみ 卒業お楽しみ給食	鶏肉	しょうが ブロッコリー コーン いちご	でんぶん 米粉 油 ドレッシング ショートケーキ	313 18.1 12.9
25水	牛乳 白飯 鮭のしょうゆ焼き 昔からの郷土料理あいまぜ 加賀野菜さつまいもの豚汁 国産ぶどうゼリー 湯野小児童献立	牛乳 鮭 うす揚げ 豚肉 みそ	にんじん ごぼう 大根 白菜 小松菜	白飯 油 三温糖 ごま ごま油 さつまいも 国産ぶどうゼリー	778 34.5 18.6
26木	牛乳 揚げパン ポイルウインナー キャベツのサラダ ポトフ	牛乳 きな粉 ウインナー 鶏肉	キャベツ キュウリ にんじん 玉ねぎ かぶ しめじ バセリ	ミルク長コッペ グラニユー糖 油 ドレッシング 三温糖 里いも	765 31.3 33.5
27金	牛乳 白飯 ターツアイバオズ 中華和え うずら卵入り味噌ラーメン	牛乳 バオズギョーザ 豚肉 赤みそ うずら卵 みそ	もやし 小松菜 にんじん キャベツ コーン にんにく しょうが ねぎ	白飯 三温糖 ごま油 ごま 中華めん 油	820 28.0 24.2