

2

よていこんだてひょう

2026

今月の目標：給食に関わる人に感謝しながら食べよう

きょうわとくべつしえんがっこう

月 げつ	火 か	水 すい	木 もく	金 きん
2	3 せつぶんこんだて 節分献立	4	5	6
ごはん 牛乳 にらまんじゅう マーぼー大根 中華コーンスープ	けんちんうどん 牛乳 いわしフライ 鬼まんじゅう	ごはん 牛乳 ごぼうハンバーグ 小松菜のりチーズ和え ミネストローネ	ごはん 牛乳 さばのカレー煮 れんこんサラダ 白菜のみぞれ汁	ごはん 牛乳 やさいい 野菜入り肉団子 ツナ大根 もやしのごまみそ汁
712kcal 2g	743kcal 2.8g	601kcal 2.5g	691kcal 2.3g	627kcal 2g
9	10	11	12	13
はくさい 白菜あんかけ丼 (麦ごはん・白菜あんかけ) 牛乳 ほうとう汁 みかん	ごはん 野菜ふりかけ 牛乳 ごもくあつやきたまご 五目厚焼玉子 塩こうじ肉じゃが たらのつみれ汁	建國記念の日 けんこくきねんのひ	しょく 食パン キャラメルクリーム 牛乳 おさかなポテト 大根ナポリタン ポトフ	ごはん 牛乳 しろはなまめ 白花豆コロッケ げんきサラダ 白菜と肉団子のスープ チョコプリン
671kcal 1.6g	640kcal 2.6g		602kcal 2.7g	742kcal 2.1g
16	17	18	19 しょくいく ひこんだて 食育の日献立	20 げんえんこんだて 減塩献立
キーマカレーライス (麦ごはん・カレー) 牛乳 ひじきサラダ いちごヨーグルト	しもだて 下館ラーメン 牛乳 レモンくらげサラダ 大学芋	ごはん 牛乳 たらの香草焼き ブロッコリーソテー ^ー ジュリエンヌスープ	こめパン ブルーベリージャム 牛乳 や 焼きメンチカツ フレンチサラダ チキントマトスープ	ごはん 牛乳 サモサ パンバンジーサラダ ヒカド
776kcal 2.2g	638kcal 3.1g	606kcal 1.8g	724kcal 2.8g	613kcal 1.5g
23	24	25	26	27
天皇誕生日 てんのうたんじょうび	カレーうどん 牛乳 やさい 野菜とわかめの豆乳よせ はなやさい 花野菜のおかかマヨ和え いもけんぴ小魚	ぶたどん 豚丼 (麦ごはん・豚丼の具) 牛乳 きのこ汁 いよかんゼリー	にゅうがくしゃせんこうび 合格祈願	ごはん 牛乳 たらザンギ かに入り豆腐サラダ とり 鶏と根菜のスープ
	792kcal 3.5g	635kcal 2.2g		640kcal 2.1g
※献立名の下の表示はエネルギー (kcal) と食塩相当量 (g) です。都合により食材等が変更となることがあります。予め御了承ください。				
しゅんのしょくざい	<p>がつ しょう げつかん</p> <p>2月は「省エネルギー月間」です！</p> <p>環境に優しい食生活を目指してみませんか？</p>   <p>旬のもの、地域で とれたものを選ぶ。</p> <p>消費期限と賞味期限の違い を理解し、食品を使い切る。</p> <p>食器や調理器具は、 汚れを拭き取ってから 洗う。</p> <p>食器を洗うときに水を 流しっぱなしにしない。</p>			
カリフラワー ねぎ ごぼう 小松菜 大根 セロリ キャベツ 白菜 ブロッコリー ほうれん草 にら れんこん さば いよかん など	<p>かん きょう やさ しょく せい かつ め さ</p> <p>消費期限と賞味期限の違い を理解し、食品を使い切る。</p> <p>消費期限 過ぎたら食べないほうがよい期限</p> <p>賞味期限 おいしく食べることができる期限</p>   			