



2026

こんげつ 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 ぎゅうにゅう 牛乳		けんちんうどん ぎゅうにゅう 牛乳		ごはん ぎゅうにゅう 牛乳		ごはん ぎゅうにゅう 牛乳		ごはん ぎゅうにゅう 牛乳	
にらまんじゅう マーボー大根 中華コーンスープ		いわしフライ おに 鬼まんじゅう		ごぼうハンバーグ こまつな 小松菜のりチーズ和え ミネストローネ		さばのカレー煮 れんこんサラダ 白菜のみぞれ汁		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) ぎゅうにゅう 牛乳 ほうとう汁 みかん		ごはん やさい 野菜ふりかけ ぎゅうにゅう 牛乳 ごもくあつやきたまご 五目厚焼玉子 しお 塩こうじ肉じゃが たらものつみれ汁		 建国記念の日 けんこくきねんのひ		しやくパン キャラメルクリーム ぎゅうにゅう 牛乳 おさかなポテト だいこん 大根ナポリタン ポトフ		ごはん ぎゅうにゅう 牛乳 しろはなまめ 白花豆コロッケ げんきサラダ はくさい 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	しよくいく 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 おぎ (麦ごはん・カレー) ぎゅうにゅう 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 ぎゅうにゅう 牛乳 レモンくらげサラダ だいがくいも 大学芋		ごはん ぎゅうにゅう 牛乳 たらもの香草焼き ブロッコリーソテー ジュリエンヌスープ		こみパン ブルーベリージャム ぎゅうにゅう 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 ぎゅうにゅう 牛乳 サモサ バンバンジーサラダ 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 ぎゅうにゅう 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) ぎゅうにゅう 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 		ごはん ぎゅうにゅう 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

※献立名の下に表示はエネルギー (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ございます。予め御了承ください。

## しゅんのしよくざい

 カリフラワー ねぎ  
ごぼう 小松菜 大根  
セロリ キャベツ  
はくさい 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


がつ 2月 は「省エネルギー月間」です！

環境に優しい食生活を目指してみませんか？

