



が  
2月

きゅうしょくこんだてひょう  
給食献立表

今月の目標

衛生に気をつけて食べよう

令和8年

有佐小学

献立名				食品名			
日	曜	牛乳	主食・デザート等	おかず・他	赤 血や肉になる	黄 エネルギーのもとになる	緑 体の調子をととのえる
2	月	○	麦ごはん ムース 1年生リクエストメニュー	エッグカレー 冬野菜のサラダ	牛乳 大豆 うずらの卵	米 麦 油 じゃがいも マヨネーズ ムース	玉ねぎ 人参 にんにく しょうが カリフラワー ブロッコリー
3	火	○	白ごはん 節分豆	いわし入りハンバーグ 野菜のゆかり和え 豚汁	牛乳 いわし 豚肉 厚揚げ みそ 大豆	米 油 さといも こんにゃく	キャベツ きゅうり 人参 ゆかり 大根 白菜 ねぎ しょうが
4	水	○	チャーハン	春巻き 根菜サラダ 中華スープ	牛乳 ウインナー 春巻き かまぼこ ベーコン	米 ごま油 油 砂糖	玉ねぎ 人参 にんにく しょうが ねぎ れんこん 大根 チンゲン菜 きくらげ コーン
5	木	○	食パン いちごジャム	クリームスパゲティ フレンチサラダ	牛乳 鶏肉 ロースハム	パン 油 スパゲティ 砂糖	玉ねぎ 人参 しめじ コーン パセリ キャベツ ブロッコリー ジャム
6	金	○	麦ごはん	ちゃんこ鍋 具だくさんきんぴら	牛乳 鶏肉 豆腐 油あげ お野菜つみれ かつお節 だし昆布 豚肉	米 麦 こんにゃく ごま 砂糖 油	白菜 人参 えのき しめじ 小松菜 ねぎ しいたけ ごぼう
9	月	○	麦ごはん	キムチチゲ きくらげのごま酢あえ	牛乳 豚肉 豆腐 つくね みそ	米 麦 油 もち ごま 砂糖	キムチ ねぎ 人参 しめじ 白菜 キャベツ もやし きゅうり きくらげ
10	火	○	麦ごはん	塩さば ひじきのいり煮 みそ汁	牛乳 さば ひじき 大豆 厚揚げ みそ いりこ	米 麦 こんにゃく 油 砂糖	人参 ごぼう 白菜 大根 しめじ ねぎ ほうれん草
12	木	○	麦ごはん	魚のマヨネーズ焼き うの花炒り煮 白菜スープ	牛乳 ホキ おから 豚肉 ベーコン	米 麦 油 砂糖 マヨネーズ	人参 ねぎ しいたけ 白菜 玉ねぎ しめじ 小松菜
13	金	○	白ごはん 焼きのり	大根と豚肉の味噌煮 野菜と竹輪のあえもの	牛乳 豚肉 厚揚げ みそ ちくわ のり	米 こんにゃく 砂糖 油	大根 人参 しょうが もやし キャベツ ほうれん草 きゅうり 枝豆
16	月	○	ハヤシライス	スパゲティサラダ	牛乳 牛肉 ロースハム	米 じゃがいも 油 スパゲティ マヨネーズ	玉ねぎ 人参 しめじ にんにく キャベツ きゅうり
17	火	○	セルフフィッシュサンド	ミネストローネ グリーンサラダ	牛乳 ホキ ベーコン ミックスビーンズ	パン 油 じゃがいも マカロニ 砂糖	玉ねぎ 人参 トマト パセリ にんにく キャベツ きゅうり ブロッコリー
18	水	○	麦ごはん	莢わかめの酢の物 筑前煮	牛乳 莢わかめ 鶏肉	米 麦 ごま 砂糖 こんにゃく さといも 油	きゅうり キャベツ 人参 たけのこ れんこん ごぼう しいたけ 枝豆
19	木	○	白ごはん ふるさとくまさん	きびなごサクサク揚げ 昆布和え お姫さん団子汁	牛乳 きびなご 昆布 油あげ 鶏肉 いりこ	米 油 小麦粉 さつまいも	キャベツ 人参 もやし 白菜 大根 ねぎ
20	金	○	五目ごはん	大豆と豆腐のフライ ほうれん草のごまあえ すまし汁	牛乳 鶏肉 大豆 豆腐 わかめ だし昆布 かつお節	米 こんにゃく 油 砂糖 ごま	ごぼう 人参 しいたけ もやし ほうれん草 ねぎ しめじ 玉ねぎ
24	火	○	とりにら丼	ざぜん豆 わかめスープ	牛乳 鶏肉 大豆 昆布 わかめ 豆腐 みそ	米 麦 小麦粉 片栗粉 油 砂糖 ごま油	にんにく にら しょうが 玉ねぎ えのき 人参 コーン
25	水	○	麦ごはん	豆腐ハンバーグ・和風ソース チンゲンサイのソテー みそ汁	牛乳 大豆 豆腐 油揚げ ベーコン 厚揚げ わかめ みそ いりこ	米 麦 砂糖 片栗粉 油 さといも	大根 チンゲンサイ もやし コーン 人参 ねぎ 白菜
26	木	○	揚げパン	ポトフ シーザーサラダ	牛乳 きな粉 鶏肉 ウインナー	パン 油 砂糖 じゃがいも	玉ねぎ 人参 キャベツ いんげん きゅうり コーン
27	金	○	セルフ親子丼 一食黒糖ピーンズ	海藻サラダ	牛乳 鶏肉 鶏卵 かまぼこ かつお節 昆布 わかめ 大豆	米 片栗粉 ごま油 砂糖	人参 玉ねぎ ねぎ しいたけ コーン キャベツ きゅうり

※物資の都合により献立を変更する場合があります。