

令和8年 2月分 学校給食予定献立表

常陸太田市学校給食センター

Aブロック(幼稚園・小学校)

日	曜	こんだてめい	おもな しょくひん と はたらき (パンには小麦・脱脂粉乳が含まれています) (ケチャップはトマトと表示)			エネルギー(kcal)	たんぱく質(g)
			エネルギーになる	はたらき	からだをつくる		
2	月	ごはん	こめ	ぎゅうにゅう		幼	幼
		ガーリックソースハンバーグ	でんぷん ラード あぶら さとう	とりにく ぶたにく だいず	トマト たまねぎ にんにく しょうが	503	18.6
		ごまあえ	ごま さとう		キャベツ もやし にんじん	625	24.0
3	火	いわしのつみれじる	でんぷん さとう	いわし たら とうふ だいず みそ	だいこん にんじん ごぼう ながねぎ しょうが		
		ごはん	こめ	ぎゅうにゅう		488	17.1
		いわしのかりんあげ	でんぷん あぶら さとう くるさとう	いわし		609	22.8
4	水	だいこんサラダ	あぶら	まぐろ	だいこん きゅうり にんじん		
		じゃがいものみそじる	じゃがいも	わかめ みそ	たまねぎ にんじん ながねぎ		
		コッパパン	パン	チョコクリーム		557	17.8
		グラタン	じゃがいも こめこ さとう でんぷん あぶら	とうにゅう おから	にんじん ほうれんそう たまねぎ とうもろこし	714	24.8
5	木	コーンスロー	ノンエッグマヨネーズ あぶら		キャベツ にんじん きゅうり とうもろこし		
		ミネストローネ	じゃがいも あぶら	とりにく だいず	トマト たまねぎ にんじん にんにく		
		ポークカレーライス(ごはん)	こめ あぶら じゃがいも カレールウ	ぶたにく	たまねぎ にんじん トマト にんにく しょうが	518	18.0
6	金	はっこうにゅう		はっこうにゅう		518	18.0
		こんにゃくサラダ	ごまあぶら	わかめ	こんにゃく きゅうり もやし にんじん しょうが	620	22.2
		しょうづるさんチーズ		チーズ			
9	月	ミニコッパパン	パン	ぎゅうにゅう		557	17.8
		やきそば	ちゅうかめん あぶら	ぶたにく	たまねぎ キャベツ もやし にんじん	512	19.5
		チキンナゲット②	こむぎこ パンこ でんぷん あぶら	とりにく だいず おから		687	26.7
		フルーツカクテル	さとう	とうにゅう	パインアップル いちご		
10	火	ごはん	こめ	ぎゅうにゅう		511	20.0
		あじフライ	こむぎこ パンこ あぶら	あじ		634	26.1
		ツナサラダ	オリーブオイル あぶら	まぐろ	キャベツ もやし きゅうり にんじん		
12	木	よしのじる	さといも でんぷん	とりにく みそ	こまつな だいこん にんじん ながねぎ しょうが	634	26.1
		ごはん	こめ	ぎゅうにゅう		492	19.7
		ぶたにくのしょうがやき	あぶら	ぶたにく	たまねぎ しょうが	492	19.7
13	金	パリパリあえ			たくあんづけ キャベツ きゅうり	614	25.9
		ひらひらワントンスープ	ワンタン ごまあぶら	なると	たまねぎ にんじん もやし ながねぎ こまつな メンマ にんにく	614	25.9
		ごはん	こめ	ぎゅうにゅう		537	21.0
16	月	あかうおのみそマヨネーズやき	ノンエッグマヨネーズ	あかうお みそ		640	25.2
		ぎゅうにくのきんぴら	さとう あぶら	ぎゅうにく	ごぼう にんじん しらたき えだまめ	640	25.2
		ごまみそじる	じゃがいも ごま	なまあげ こめみそ	にんじん たまねぎ こまつな たもぎだけ		
		しおラーメン(ちゅうかめん)	ちゅうかめん ごま さとう あぶら ごまあぶら	ぶたにく とりにく なると だいず わかめ	たまねぎ キャベツ にんじん とうもろこし チンゲンサイ	495	15.6
17	火	ごはん	こめ	ぎゅうにゅう		621	21.3
		くらげのちゅうかサラダ	ごま あぶら ごまあぶら さとう	くらげ	もやし にんじん きゅうり		
		いちごドーナツ	こむぎこ さとう でんぷん あぶら	たまご ぜんぶんにゅう	いちご		
18	水	ごはん	こめ	ぎゅうにゅう		516	20.3
		さんまのしょうがに	さとう	さんま	しょうが	516	20.3
		いななうんじる		のり	キャベツ もやし ほうれんそう	610	24.8
19	木	ななうんじる		とりにく みそ	だいこん にんじん れんこん かぼちゃ こんにゃく ほししいたけ	610	24.8
		ごはん	こめ	ぎゅうにゅう		540	20.1
		マーボー豆腐	あぶら さとう でんぷん ごまあぶら	とうふ ぶたにく まめみそ	ながねぎ たまねぎ にんじん いら にんにく しょうが	540	20.1
20	金	パンサンスー	はるさめ さとう ごまあぶら	ハム	もやし きゅうり にんじん	660	25.7
		スティックパインアップル	さとう		パインアップル		
		コッパパン	パン	ぎゅうにゅう		446	18.0
21	土	ソーセージ		ソーセージ	トマト	446	18.0
		ガーリックドレッシングサラダ	あぶら	まぐろ	キャベツ たまねぎ にんじん きゅうり にんにく しょうが	631	25.9
		コンソメスープ	じゃがいも	ベーコン	たまねぎ にんじん だいこん かぶ カリフラワー こまつな		
22	日	ごはん	こめ	ぎゅうにゅう		553	21.8
		ぶたすきやき	さとう あぶら	ぶたにく とうふ	はくさい にんじん ながねぎ しらたき ごぼう こまつな しめじ	553	21.8
		たまごやき	さとう でんぷん	たまご		673	27.1
23	月	ごまマヨネーズあえ	ノンエッグマヨネーズ ごま		キャベツ にんじん ブロッコリー		
		こめパン	パン こめこ	ぎゅうにゅう		496	21.0
		パンネのクリームに	マカロニ じゃがいも	ぶたにく チーズ	たまねぎ にんじん えだまめ にんにく	496	21.0
24	火	コーンサラダ	こむぎこ あぶら バター	ぎゅうにゅう だっしんにゅう		629	27.7
		オレンジゼリー	あぶら さとう	ハム	キャベツ きゅうり とうもろこし	629	27.7
		オレンジゼリー	さとう		オレンジ		
25	水	ごはん	こめ	ぎゅうにゅう		499	18.0
		カレーそば	あぶら さとう	ぶたにく だいず	たまねぎ とうもろこし えだまめ にんにく しょうが	499	18.0
		おかかあえ		かつおぶし	もやし キャベツ にんじん	618	23.9
26	木	はるさめスープ	あぶら はるさめ ごまあぶら	ベーコン わかめ	にんじん たまねぎ メンマ ながねぎ しょうが		
		ココアパン	パン ココア	ぎゅうにゅう		544	19.5
		メンチカツ	パンこ こむぎこ さとう でんぷん あぶら	ぶたにく ぎゅうにく	たまねぎ トマト	716	26.0
27	金	はなやさいサラダ	さつまいも ドレッシング		ブロッコリー カリフラワー にんじん		
		ふゆやさいのミートボールスープ	でんぷん パンこ ラード	とりにく だいず	たまねぎ にんじん だいこん はくさい にんにく		
		ごはん	こめ さとう でんぷん	かつおぶし のり		595	17.8
		はるまき	こめ さとう でんぷん	ぎゅうにゅう		699	22.8
28	土	パンパンジー	はるさめ こむぎこ こめこ でんぷん あぶら ラード	ぶたにく	にんじん たまねぎ キャベツ ほししいたけ しょうが		
		キムチのみそじる	あぶら さとう ごま	とりにく	きゅうり もやし にんじん		
		キムチのみそじる	でんぷん さとう あぶら	ぶたにく とうふ みそ	あかピーマン にんじん はくさい キャベツ ながねぎ いら にんにく		
29	日	カレーなんばんうどん(ソフトめん)	ソフトめん カレールウ でんぷん あぶら	とりにく あぶらあげ	たまねぎ にんじん ながねぎ こまつな	512	19.0
		ごはん	こめ	ぎゅうにゅう		650	24.9
		にくまん	こむぎこ さとう でんぷん ごまあぶら ラード	ぶたにく だいず	たまねぎ たけのこ ししいたけ	650	24.9
30	月	ごぼうサラダ	マヨネーズ ごま さとう あぶら		ごぼう きゅうり にんじん えだまめ		

	エネルギー(kcal)	たんぱく質(g)	脂肪(g)	カルシウム(mg)	マグネシウム(mg)	鉄(mg)	ビタミンA(Reμg)	ビタミンB1(mg)	ビタミンB2(mg)	ビタミンC(mg)	食塩相当量(g)	食物せんい(g)
幼稚園	517	19.0	16.9	272	68	32	173	0.50	0.35	19	1.9	4.3
小学校	647	24.9	22.0	389	88	39	230	0.62	0.52	24	2.4	5.3
小学校	650	21~32	14~22	350	50	30	200	0.40	0.40	25	2.5	4.5以上

◆常陸太田市産  
こめ こめこ ながねぎ こめみそ きゅうり  
しょうづるさんチーズ  
◆材料の都合により献立が変更になることもあります。

＜お知らせ＞  
食品成分表が改訂されたため、令和4年6月の予定献立表より改訂後の栄養価が反映されています。文部科学省より定められている学校給食摂取基準は改訂前の数値のため、エネルギー値を満たしていない場合があります。主食・主菜・副菜等における食品の使用量は以前と変更ありません。ご理解のほど、お願い申し上げます。