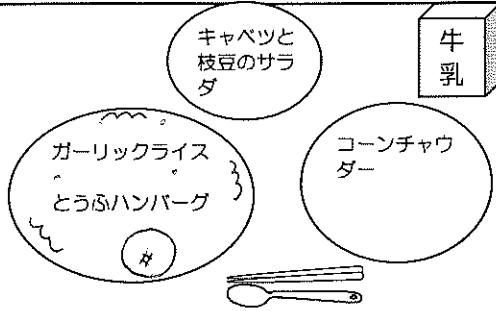
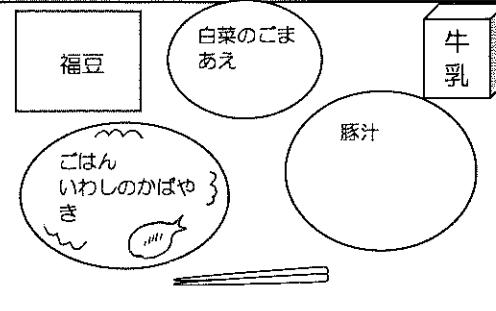
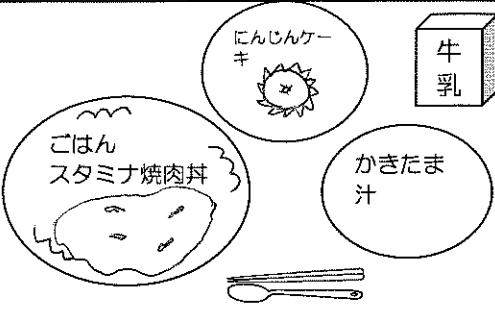
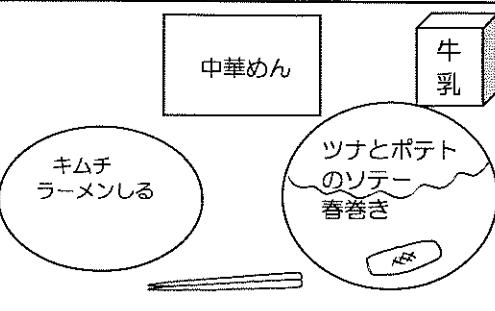
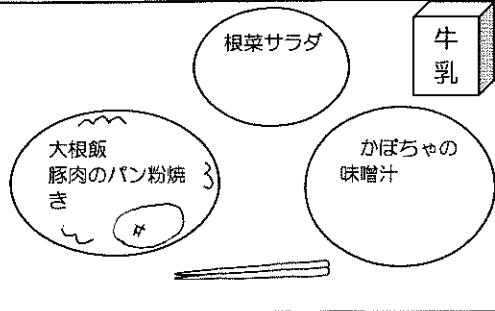
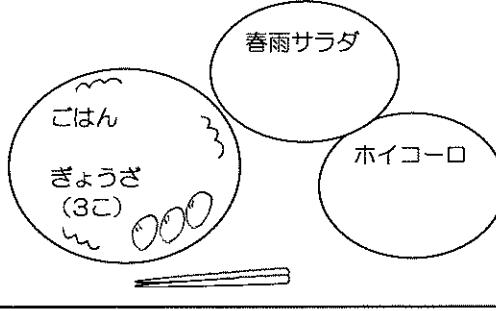
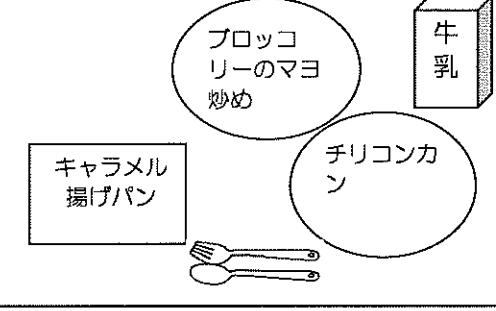
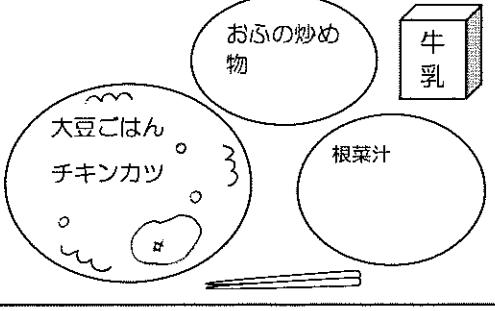
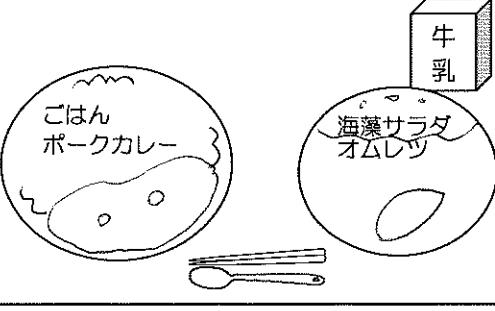
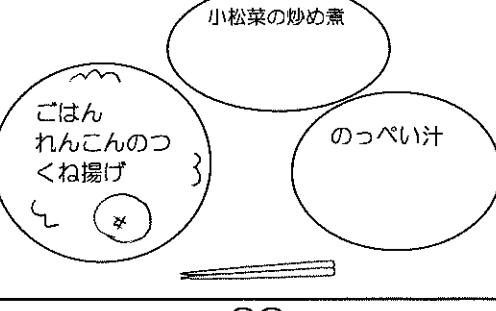
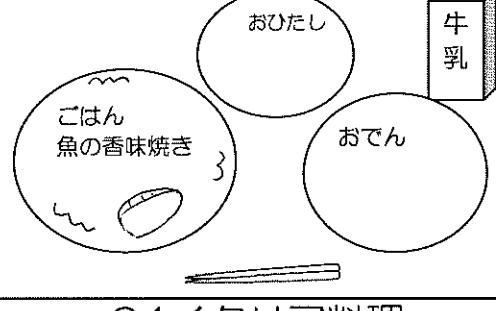
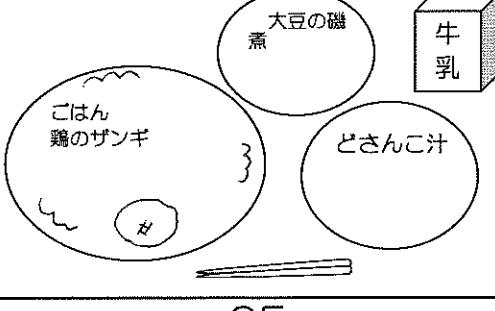
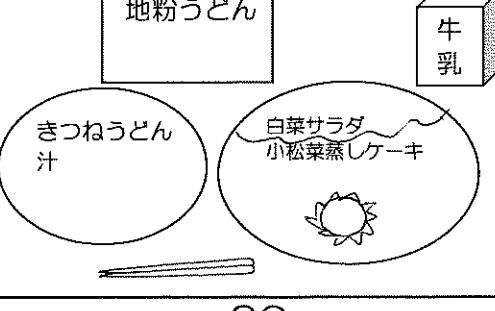
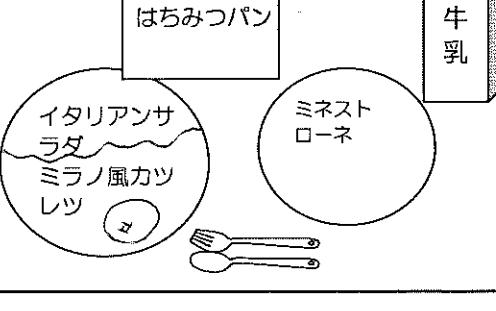
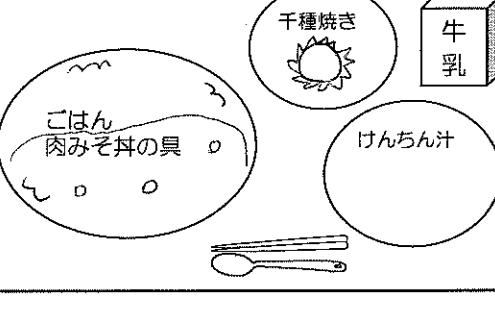
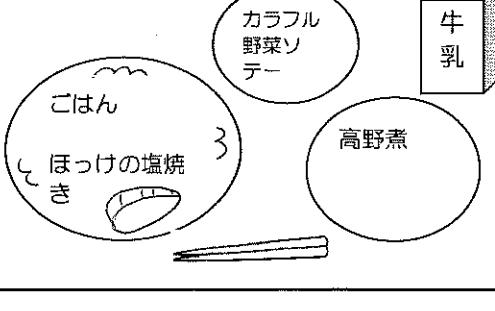


令和8年 2月分 給食予定献立表

蓮田市(平野中学校)

日	曜日	行事食等	牛乳	献立名	主な材料名				中学校 平均栄養量 エネルギー たんぱく質 キロカロリー グラム
					熱や力になるもの	体をつくるもの	体の調子を整えるもの	調味料その他	
2月	月	【乳】		ガーリックライス 【乳】	米 油 バター		にんじん にんにく バセリ	塩 コンソメ こしょう	816 36.6
				コーンチャウダー 【乳 小麦】	油 じゃがいも バター 小麦粉	鶏肉 牛乳	玉ねぎ にんじん しめじ とうもろこし	コンソメ 塩 こしょう	
				とうふハンバーグ 【小麦】	パン粉 砂糖	豚肉 鶏肉 豆腐	玉ねぎ	塩 こしょう しょうゆ みりん	
				キャベツとえだ豆のサラダ			えだ豆 もやし キャベツ	ドレッシング (パンバンジー)	
3月	火	節分献立		ごはん	米				810 31.8
				豚汁	油 じゃがいも	豚肉 油揚げ 豆腐 みそ	ごぼう にんじん 大根 こんにゃく 長ねぎ	混合削り節	
				いわしのかば焼き	油 片栗粉 砂糖	いわし		酒 しょうゆ 酢 みりん	
				白菜のこまあえ	ごま 砂糖		白菜 にんじん 小松菜	しょうゆ みりん 酒	
4月	水	【乳】		黒糖福豆 【小麦】	黒糖福豆				829 36.7
				スタミナ焼肉丼 ごはん	米				
				スタミナ焼肉丼の具	油 砂糖 片栗粉	豚肉	生姜 にんにく にんじん 玉ねぎ 小松菜	酒 しょうゆ こしょう みりん	
				かきたま汁 【卵】	じゃがいも 片栗粉	豆腐 なると 鶏卵	玉ねぎ しめじ 小松菜	混合削り節 みりん 塩 しょうゆ	
5月	木	【乳】		おから入りにんじんケーキ 【小麦 乳】	油 砂糖 小麦粉	牛乳 おから	にんじん	ベーキングパウダー	825 31.8
				キムチラーメン 中華めん 【小麦】	中華めん				
				キムチラーメン汁	油 ごま油	豚肉 みそ	生姜 にんにく にんじん 白菜キムチ もやし 長ねぎ 小松菜	中華スープの素 しょうゆ 酒 こしょう 赤唐辛子	
				手作り春巻き 【小麦】	油 ごま油 片栗粉 春巻きの皮 春雨	鶏肉	たけのこ にんじん 長ねぎ	オイスターソース	
6月	金	【乳】		ツナとポテトのソテー	じゃがいも 油	ツナ	玉ねぎ	コンソメ 塩 こしょう	823 32.1
				大根めし	米 砂糖	油揚げ	大根 大根の葉	しょうゆ 和風だし	
				かぼちゃのみぞ汁		厚揚げ みそ	にんじん かぼちゃ 長ねぎ	混合削り節	
				豚肉のパン粉焼き 【乳 小麦】	パン粉	豚肉 チーズ	にんにく バセリ	酒 塩 こしょう	
9月	月	【乳】		根菜サラダ			ごぼう にんじん 小松菜	ドレッシング (ごまクリーミー)	800 34.0
				ごはん	米				
				回鍋肉	油 砂糖 片栗粉 ごま油	豚肉 厚揚げ みそ	にんにく 生姜 キャベツ にんじん ピーマン 玉ねぎ 長ねぎ	中華スープの素 テンメンジャン 酒 しょうゆ トウバンジャン 塩 こしょう	
				ぎょうざ 【小麦】		ぎょうざ			
10月	火	【乳】		春雨サラダ	春雨 砂糖 ごま油		小松菜 にんじん どうもろこし	しょうゆ 酢	843 33.7
				キャラメル揚げパン 【小麦】	コッペパン キャラメルパウダー 油			スープストック トマトピューレ ケチャップ パブリカ 塩	
				チリコンカン	油 じゃがいも 砂糖	豚肉 大豆	にんにく にんじん 玉ねぎ	コソメ こしょう	
				プロッコリーのマヨ炒め 【卵】	油 マヨネーズ	鶏肉	プロッコリー キャベツ にんじん にんにく		
12月	木	【乳】		大豆ごはん	米			酒 しょうゆ 塩 だし昆布	810 37.8
				根葉汁	油 じゃがいも	厚揚げ みそ	大根 にんじん ごぼう ほうれん草 長ねぎ	混合削り節	
				チキンカツ 【小麦】	油 小麦粉 パン粉	鶏肉		塩 こしょう 酒	
				あ鶏の炒め物 【小麦】	油 麻 ごま油	ちくわ	キャベツ にんじん 玉ねぎ	しょうゆ 塩 こしょう 和風だし	
13月	金	【乳】		ホークカレー ごはん	米				811 32.0
				カレールウ 【小麦】	油 じゃがいも カレールウ	豚肉	にんにく 生姜 玉ねぎ にんじん	トマトピューレ ソース	
				フレーンオムレツ 【卵】		フレーンオムレツ			
				海藻サラダ		海藻	にんじん キャベツ	ドレッシング (おろししょうゆ)	
16月	月	【乳】		ごはん	米				815 31.0
				のっつい汁	油 じゃがいも 片栗粉	豆腐 油揚げ	にんじん 大根	混合削り節 しょうゆ 酒 みりん	
				れんこんのつくね揚げ	片栗粉 砂糖 油	鶏肉 豚肉	玉ねぎ れんこん にんじん 生姜	塩 しょうゆ	
				小松菜の炒り煮	油	豚肉	小松菜 にんじん キャベツ とうもろこし	酒 みりん しょうゆ 和風だし	
17月	火	【乳】		ごはん	米				801 36.8
				おでん	じゃがいも 砂糖	昆布 ちくわ さつま揚げ 厚揚げ がんもどき	にんじん こんにゃく 大根	混合削り節 しょうゆ みりん	
				魚の香味焼き	砂糖 ごま油 ごま	あじ	長ねぎ 生姜 にんにく	しょうゆ 酒 みりん 一味唐辛子	
				キャベツと小松菜のおひたし			小松菜 キャベツ もやし	しょうゆ みりん こん	
18月	水	郷土料理		ごはん	米				805 29.0
				どさんこ汁	油 じゃがいも	豆腐 みそ	にんにく にんじん もやし とうもろこし	混合削り節 しょうゆ	
				鶏肉のごまサンギ	油 ごま 片栗粉	鶏肉	生姜 にんにく	しょうゆ 酒 塩	
				大豆の磯煮	油 砂糖	ひじき 大豆 油揚げ	にんじん	しょうゆ みりん 酒	
19月	木	【乳】		きつねうどん 地粉うどん 【小麦】	地粉うどん				851 27.7
				きつねうどん汁	砂糖	さつまあげ 油揚げ	にんじん 長ねぎ ほうれん草	混合削り節 しょうゆ みりん 酒	
				白菜サラダ			白菜 にんじん もやし	ドレッシング (おろししょうゆ)	
				小松菜の蒸しケーキ 【卵 乳 小麦】	小麦粉 油 砂糖	牛乳 鶏卵	小松菜	ベーキングパウダー	
20月	金	【乳】		ツナピラフ 【乳】	米 油 バター	ツナ	玉ねぎ にんじん	酒 塩 コンソメ	809 30.6
				かぶのコンソメスープ	じゃがいも	豚肉	かぶ にんじん 玉ねぎ 白菜 しめじ	コンソメ 塩 しょうゆ	
				おからグラタン 【乳 小麦】	マカロニ マヨネーズ (ノンエッグ)	鶏肉 おから 牛乳 チーズ	玉ねぎ にんじん とうもろこし バセリ	塩 こしょう コンソメ	
				温野菜サラダ	ごま 砂糖 油		にんじん 大根 ブロッコリー	酢 しょうゆ 塩	
24月	火	イタリア料理		はちみつパン 【小麦】					840 33.7
				ミネストローネ	油 じゃがいも マカロニ	豚肉	にんにく 玉ねぎ にんじん トマト しめじ	ロリエ ケチャップ コンソメ 塩 こしょう ワイン 赤唐辛子	
				ミラノ風カツレツ 【乳 小麦】	油 小麦粉 パン粉	豚肉 チーズ	バセリ	塩 こしょう	
				キャベツと水菜のイタリアンサラダ			キャベツ 水菜 にんじん	ドレッシング (イタリアン)	
25月	水	【乳】		肉みそごはん ごはん	米				803 37.4
				肉みそごはんの具	油 砂糖	豚肉 大豆 みそ	生姜 干しいたけ にんじん 玉ねぎ たけのこ しらたき グリンピース	しょうゆ 酒	
				けんちん汁	油 じゃがいも	油揚げ 豆腐	ごぼう にんじん 大根 こんにゃく 長ねぎ 小松菜	混合削り節 しょうゆ	
				千草焼き	油 砂糖	鶏卵 鶏肉	にんじん 玉ねぎ ほうれん草	塩 しょうゆ	
26月	木	【乳】		焼きそば 【小麦】	中華めん 油	豚肉 青のり	玉ねぎ にんじん キャベツ	酒 しょうゆ ソース 塩 こしょう	819 29.6
				トックスープ	トック ごま油	鶏肉	にんじん 玉ねぎ 大根 白菜 長ねぎ	塩 しょうゆ 中華スープの素 酒	
				親子豆サラダ		大豆	えだ豆 小松菜 もやし にんじん	ドレッシング (たまねぎ)	
				黒パン 【小麦】	黒パン				

月	火	水	木	金
2	3 節分献立	4	5	6
				
9	10	11	12	13
		<p style="text-align: center;">けんこくきねんび 建国記念日</p>		
16	17	18 北海道郷土料理	19	20
				
23	24 イタリア料理	25	26	27
<p style="text-align: center;">てんのうたんじょうび 天皇誕生日</p>				



2月 もりつけず

