



# 令和8年 2月 小学校給食献立予定表



蕨市立学校給食センター

日	こんだてめい	ぎゆうにゆう	からだをつくる もとなるしょくひん	からだのちようしを ととのえる もとなるしょくひん	エネルギーの もとなるしょくひん	その他	エネルギー 蛋白質 脂質 食塩相当量
2月	みかんジュース	みかんジュース		みかん			585 kcal
	こどもパン(スライス)				パン(乳なし)		22.1 g
	◎てりやきチキンバーガー		とりにく	しょうが, にんにく	でんぷん, 砂糖	しょうゆ, 酒	20.3 g
	せんぎりやさいのサラダ			キャベツ, にんじん, きゅうり	あぶら, さとう	す, しょう, こしょう	2.6 g
	ポークビーンズ		ベーコン, ぶたにく, だいず	にんじん, たまねぎ	じゃがいも, あぶら, さとう	コンソメ, しょう, ケチャップ	
3火(A)	◎おちゃふうみの さいたまたまきこみごはん	○	とりにく, あぶらあげ	にんじん, しいたけ, こまつな	こめ, むぎ, さとも, あぶら, さとう	酒, しょう, うすくちしょうゆ, 緑茶	682 kcal
	いわしのしょうがに		いわし	しょうが	さとう	しょうゆ, しょう	26.3 g
	かおりづけ			キャベツ, きゅうり		しょう, レモンかじゅう	23.9 g
	にゅうさんきんいり カップデザート		にゅう		さとう		2.2 g
3火(B)	ごはん	○			こめ		559 kcal
	いわしのしょうがに		いわし	しょうが	さとう	しょうゆ, しょう	21.6 g
	かおりづけ			キャベツ, きゅうり		しょう, レモンかじゅう	15.8 g
	じゃがいもとたまねぎのみそしる		あつあげ	たまねぎ, ながねぎ, わらびしんはくさい	じゃがいも	みそ	2.6 g
4水	ツイストパン	○			パン(乳なし)		587 kcal
	チーズインハンバーグ		とりにく, にゅう, たまご	たまねぎ	パンこ, さとう	しょうゆ, しょう	26.1 g
	ブロッコリーのサラダ			ブロッコリー, どうもろこし		す	25.1 g
	ソパ・デ・アホ		ぶたにく, ベーコン	にんじん, たまねぎ, にんじん, キャベツ, トマト	あぶら	しょう, こしょう, コンソメ	3.1 g
5木(A)	ごはん	○			こめ		559 kcal
	ホキいそペフライ		ホキ(さかな), あおさ		あぶら, パンこ, でんぷん, こむぎこ	しょう, こしょう	21.0 g
	じゃがいもとたまねぎのみそしる		あつあげ	たまねぎ, ながねぎ, わらびしんはくさい	じゃがいも	みそ	15.4 g
	かぶときゅうりのあさづけ			きゅうり, かぶ, にんじん		しょう, うすくちしょうゆ	2.3 g
5木(B)	◎おちゃふうみの さいたまたまきこみごはん	○	とりにく, あぶらあげ	にんじん, しいたけ, こまつな	こめ, むぎ, さとも, あぶら, さとう	酒, しょう, うすくちしょうゆ, 緑茶	699 kcal
	ホキいそペフライ		ホキ(さかな), あおさ		あぶら, パンこ, でんぷん, こむぎこ	しょう, こしょう	26.0 g
	かぶときゅうりのあさづけ			きゅうり, かぶ, にんじん		しょう, うすくちしょうゆ	23.5 g
	にゅうさんきんいり カップデザート		にゅう		さとう		1.9 g
6金	くろパン	○			パン(乳なし)		556 kcal
	とりにくのケチャップに		とりにく	しょうが, トマト, たまねぎ	でんぷん, さとう	ケチャップ, しょう, しょうゆ	25.5 g
	だいこんサラダ			だいこん, どうもろこし, きゅうり	あぶら, さとう	す, しょう, こしょう	21.6 g
	やさいスープ		ぶたにく, ベーコン	たまねぎ, にんじん	じゃがいも	しょう, こしょう, コンソメ, しょうゆ	3.2 g
9月	フラワーロールパン	○			パン(乳なし)		581 kcal
	ウインナー(2ほん)		ウインナー				24.0 g
	もやしのサラダ			もやし, にんじん, きゅうり	あぶら, さとう	す, しょう, こしょう	27.2 g
	ABCスープ		ぶたにく, ベーコン	にんじん, たまねぎ, トマト	じゃがいも, マカロニ	コンソメ, しょう, こしょう	3.3 g
10火	ごはん	○			こめ		542 kcal
	しらすいりたまごまき		たまご, しらす, わかめ		さとう, あぶら	す, しょうゆ, しょう	22.3 g
	だいこんときゅうりの ごましょうゆあえ			きゅうり, だいこん	あぶら, ごま	しょう, しょうゆ	16.0 g
	さかなのつみれじる		つみれ(こむぎいり), どうふ	にんじん, だいこん, ながねぎ		しょう, うすくちしょうゆ	2.6 g
11水	建国記念の日(けんこくきねんのひ)						
12木	ごはん	○			こめ		576 kcal
	さわらのさいきょうやき		さわら(さかな)		さとう	みそ	26.8 g
	なのはなのおかかあえ		かつおぶし	なのはな, もやし	ごまあぶら	しょう, しょうゆ	17.3 g
	とんじる		ぶたにく, どうふ, あぶらあげ	にんじん, ごぼう, ながねぎ	じゃがいも	みそ	2.4 g
13金	ホットちゅうかめん	○			ちゅうかめん		567 kcal
	みそラーメン		ぶたにく, なた	にんにく, しょうが, もやし, どうもろこし, ながねぎ	あぶら, ごまあぶら	トウバンジャン, しょう, こしょう, みそ	24.6 g
	しゅうまい(2こ)		ぶたにく, とりにく	たまねぎ	パンこ, さとう, こむぎこ	しょう, こしょう	16.6 g
	にらともやしのナムル			もやし, にら	ごまあぶら, さとう, ごま	しょうゆ, しょう, いちみつ, とうがらし, す	3.0 g
	いちごのジュレ			いちご	さとう	いちご, しょうゆ, レモンかじゅう	
16月	ライスボール	○			パン(乳なし)		628 kcal
	アンサンブルエッグ		たまご, チーズ, ベーコン, きゅうり にゅう	たまねぎ	じゃがいも, さとう, でんぷん, あぶら	す, しょう	24.3 g
	フレンチサラダ			キャベツ, きゅうり, みかん	あぶら	す, しょう, こしょう	25.3 g
	ラビオリスープ		ぶたにく	にんじん, たまねぎ, もやし, ほうれんそう	ラビオリ	しょう, こしょう, コンソメ, しょうゆ	3.2 g

日	こんだてめい	ぱんぱんぱん	からだをつくる もとなるしょくひん	からだのちようしを ととのえる もとなるしょくひん	エネルギーの もとなるしょくひん	その他	エネルギー 蛋白質 脂質 食塩相当量	
17 火 (A)	キムチチャーハン	○	ぶたにく	にんじん,たまねぎ,キムチ	こめ,むぎ,あぶら,ごまあぶら	しお,しょうゆ,酒	611 kcal	
	あじフライ		あじ		あぶら,パンこ,でんぷん,こむぎこ	しお	23.7 g	
	わふうサラダ		わかめ	キャベツ,にんじん	あぶら,さとう	す,しお,こしょう	22.8 g	
							1.8 g	
17 火 (B)	ごはん	○			こめ		601 kcal	
	あじフライ		あじ		あぶら,パンこ,でんぷん,こむぎこ	しお	21.7 g	
	わふうサラダ		わかめ	キャベツ,にんじん	あぶら,さとう	す,しお,こしょう	21.5 g	
	だいこんとあつあげのみそしる		あつあげ	だいこん,ながねぎ,しめじ		みそ	2.3 g	
18 水	ごはん	○			こめ		642 kcal	
	とんカツ		ぶたにく		あぶら,パンこ,こむぎこ		24.6 g	
	きりぼしだいこんの ちゅうかふうサラダ			きりぼしだいこん,きゅうり,にんじ ん	ごま	す	25.6 g	
	さわにわん		ぶたにく,あぶらあげ	たけのこ,にんじん,ごぼう,しいた け,だいこん,ほうれんそう		しお,しょうゆ,こしょう	2.1 g	
19 木	コッパン	○			パン(乳なし)		580 kcal	
	とうにゅうコロツケ		とうにゅう	たまねぎ,どうもろこし	あぶら,パンこ,さとう,でんぷん	ソース	20.6 g	
	キャロットサラダ			にんじん,きゅうり,どうもろこし	あぶら,さとう	す,しお,こしょう	28.8 g	
	ほうれんそうのポタージュ		とりにく,ベーコン,きゅうにゅう,な まクリーム	ほうれんそう,たまねぎ	あぶら,こむぎこ	コンソメ,しお,こしょう	3.0 g	
20 金	ごはん	○			こめ		635 kcal	
	チキンカレー (アレルギーフリールーしょう)		とりにく	にんにく,しょうが,たまねぎ,にんじ ん,トマト	じゃがいも,あぶら	ソース,カレーこ,しお,しょうゆ, ケチャップ,コンソメ, カレールウ(アレルギーフリールー)	20.4 g	
	ミートボール(2こ)		とりにく	たまねぎ	パンこ,さとう	ケチャップ,しお,しょうゆ	20.8 g	
	コーンサラダ			どうもろこし,きゅうり,キャベツ,に んじん	あぶら,さとう	す,しょうゆ	3.0 g	
23月 天皇誕生日(てんのうたんじょうび)								
24 火	バターロール	○			パン(乳入り)		592 kcal	
	メンチカツ		ぶたにく	たまねぎ	あぶら,パンこ,こむぎこ,さとう	ケチャップ,しお,しょうゆ	21.4 g	
	コールスローサラダ			キャベツ,にんじん	あぶら,さとう	す,しお,こしょう	27.8 g	
	はくさいとベーコンのスープ		ぶたにく,ベーコン	たまねぎ,にんじん,はくさい	じゃがいも	しお,こしょう,コンソメ,しょうゆ	2.8 g	
25 水 (A)	ごはん	○			こめ		594 kcal	
	サバのたつたあげ		サバ(さかな)	しょうが	あぶら,でんぷん,こめこ	しょうゆ	22.5 g	
	ゆかりあえ			キャベツ,きゅうり		しお,ゆかり	21.7 g	
	だいこんとあつあげのみそしる		あつあげ	だいこん,ながねぎ,しめじ		みそ	2.4 g	
25 水 (B)	キムチチャーハン	○	ぶたにく	にんじん,たまねぎ,キムチ	こめ,むぎ,あぶら,ごまあぶら	しお,しょうゆ,酒	604 kcal	
	サバのたつたあげ		サバ(さかな)	しょうが	あぶら,でんぷん,こめこ	しょうゆ	24.5 g	
	ゆかりあえ			キャベツ,きゅうり		しお,ゆかり	23.0 g	
							1.9 g	
26 木	デニッシュバストリー	○			パン(乳入り)		579 kcal	
	レモンバジルナゲット(2こ)		とりにく		あぶら,でんぷん,こめこ,さとう	しお,レモンかじゅう	23.5 g	
	だいたサラダ		だいず	キャベツ,にんじん	あぶら,さとう	す,しお,こしょう	33.1 g	
	こまつなのクリームに		とりにく,スキムミルク,きゅうにゅう	たまねぎ,こまつな	じゃがいも,あぶら,こむぎこ	コンソメ,しお,こしょう	2.5 g	
27 金	ごはん	○			こめ		618 kcal	
	ブリのあまからあげに		ブリ(さかな)	しょうが	さとう,こむぎこ,でんぷん,あぶら	しょうゆ	26.4 g	
	◎こまつなとあつあげのいために		ぶたにく,あつあげ	こまつな	ごまあぶら,さとう	しょうゆ,しお,みりん	22.7 g	
	◎おやさいたつぷりたまごスープ		たまご	たまねぎ,にんじん,ブロッコリー	ごまあぶら	しょうゆ,しお	2.9 g	
★材料の入荷等の都合により、献立や食材を変更することがあります。 ★献立表には、使用するすべての食材を記載しているわけではありません。 ★給食センターで調理する混ぜご飯などは、炊飯能力の都合により、A校とB校で日にちを分けております。 ◀ A校・B校区分 ▶ A校・・・塚越小・南小・北小 B校・・・東小・中央東小・中央小・西小							へいきんえいようか	605 kcal 23.6 g 22.0 g 2.5 g

◎は、学校給食のメニュー作りにチャレンジ！の応募献立です。



こんげつは、  
わらびさんの  
はくさいをしようします！  
あじわっていただきますよう

