



2月 学校給食献立予定表（小学校）



2026.2 本渡学校給食センター

日付		主食	牛乳	おかず	主な材料			栄養量			
					あか	きいろ	みどり	エネルギー	たんぱく質		
					ちやくくやほねになる	ねつやちからになる	からだのちやしきをとのえる	(kcal)	(g)		
2	月	麦ごはん		肉団子スープ 彩り野菜の豆腐寄せ 細切り昆布和え	牛乳 鶏肉 昆布	魚すり身 ひじき	米 さとう 春雨 麦 パン粉	たまねぎ にんじん にら ねぎ きくらげ にんにく はくさい えだまめ キャベツ きゅうり しめじ	624	20.4	
節分メニュー											
3	火	麦ごはん		けんちん汁 いわし生煮 かみかみ和え	牛乳 鶏肉 豆腐 油揚げ	いわし 大豆 【いりこ】	米 こんにゃく ドレッシング 麦	しいたけ だいこん にんじん ごぼう ねぎ たまねぎ	きゅうり もやし しょうが たまねぎ	617	26.4
バレンタインメニュー											
4	水	カット丸パン		コンソメスープ ハートのコロケ マカロニサラダ ハートのゼリー	牛乳 ウィンナー 鶏肉 豚肉	ハム 豆乳	丸パン ゼリー 油 パン粉 マカロニ じゃがいも ノンエッグマヨネーズ	たまねぎ にんじん にんじん しめじ えだまめ キャベツ きゅうり とうもろこし いちご果汁	661	21.8	
天草宝島デー「白菜」											
5	木	ごはん		八宝菜 鶏の天ぷら もやしの中華和え	牛乳 豚肉 うずらの卵 かまぼこ	鶏肉	米 さとう ごま油 でんぷん 油	しょうが だけのこ にんじん ねぎ もやし しいたけ きゅうり	たまねぎ はくさい ねぎ きゅうり	637	23.3
6	金	麦ごはん		あおさ汁 れんこんつくね② かつのりサラダ	牛乳 あおさ 豆腐 かまぼこ	鶏肉 ツナ のり 糸かつお 【かつお節・昆布】	米 さとう ごま油 パン粉	たまねぎ にんじん ねぎ しょうが えのきだけ	きゅうり しょうが	589	25.0
9	月	米粉パン		白菜ときこのスープ たいのバジルオイルアゲ焼き ひじきサラダ	牛乳 ベーコン だい ひじき	鶏肉 チーズ	米粉パン ごま じゃがいも オリーブオイル ドレッシング	たまねぎ にんじん にんじん しめじ きゅうり にんにく はくさい レモン果汁	バセリ パジル キャベツ	604	30.6
10	火	麦ごはん		もずくのすまし汁 信田煮 和風ドレッシング和え	牛乳 鶏肉 豆腐 もずく	油揚げ 豚肉 ハム 【かつお節・昆布】	米 でんぷん ドレッシング 麦	たまねぎ にんじん しいたけ とうもろこし ねぎ れんこん ごぼう	キャベツ きゅうり しょうが	607	22.0
12	木	ごはん		なめこのみそ汁 ホキ天玉揚げ 切り干し大根酢の物	牛乳 油揚げ 味噌 ホキ	青のり 鶏肉 【いりこ】	米 ごま 油 小麦粉 ごま油	なめこ きゅうり たまねぎ ねぎ にんじん だいこん	きゅうり ねぎ	652	24.1
13	金	麦ごはん		マーボー厚揚げ きょうざ② ゆかり和え	牛乳 豚肉 味噌 大豆	厚揚げ 赤味噌 鶏肉	米 小麦粉 ごま油 油 でんぷん	キャベツ しょうが だけのこ にら ねぎ にんじん たまねぎ しいたけ にんにく きゅうり しそ	しょうが	669	24.3
16	月	麦ごはん		おでん風煮 さんま甘露煮 小松菜サラダ	牛乳 鶏肉 厚揚げ ちぎり揚げ	うずらの卵 昆布 さんま 【かつお節】	米 こんにゃく ごま さといも ドレッシング	だいこん にんじん にんじん 小松菜 きゅうり	とうもろこし	696	29.1
17	火	麦ごはん		わかめスープ 春巻き ごまネーズ和え	牛乳 わかめ 豆腐 ハム	豚肉 かまぼこ	米 麦 油 春雨 小麦粉 ノンエッグマヨネーズ ごま さとう	にんじん きゅうり たまねぎ しょうが しいたけ ねぎ キャベツ	きゅうり しょうが	686	18.9
18	水	黒糖パン		根菜のクリームシチュー 吉鶏のピカタ イタリアンサラダ	牛乳 豚肉 味噌 鶏肉	たまご チーズ スキムミルク ツナ	黒糖パン パン粉 小麦粉 シチュールウ 油	にんじん えだまめ たまねぎ しめじ れんこん きゅうり とうもろこし キャベツ	えだまめ しめじ れんこん きゅうり	681	27.9
ふるさとくまさんデー（阿蘇の味）											
19	木	ぶち丸ごはん		だご汁 れんこんはさみ揚げ 阿蘇高菜炒め	牛乳 大豆 鶏肉 ちりめん 油揚げ ちくわ 茭ワカメ 糸かつお 【いりこ】	米 すいとん 麦 さとう	にんじん ごぼう だいこん しいたけ はくさい れんこん ねぎ 高菜漬	きゅうり しいたけ れんこん	610	23.4	
天草宝島デー「スナップえんどう」											
20	金	チキンライス		ポトフスープ ほうれん草オムレツ スナップえんどうサラダ	牛乳 たまご 鶏肉	ウィンナー	米 じゃがいも さとう サラダ油	にんじん えだまめ たまねぎ バセリ きゅうり キャベツ ほうれん草 しめじ スナップエンドウ	きゅうり しょうが	602	19.4
24	火	わかめごはん		五目汁 鶏の照り焼き ほうれん草とれんこんのサラダ	牛乳 わかめ	鶏肉 厚揚げ 【いりこ】	米 こんにゃく さといも ノンエッグマヨネーズ さとう	ごぼう ほうれん草 にんじん れんこん しいたけ ねぎ	ほうれん草 れんこん	635	28.5
25	水	ミルクパン		ABCマカロニスー かぼちゃフライ クリーミーサラダ	牛乳 豚肉	ウィンナー ハム	ミルクパン さとう パン粉 でんぷん 油 ドレッシング	かぼちゃ たまねぎ えだまめ バセリ にんじん キャベツ きゅうり とうもろこし	えだまめ きゅうり	648	22.0
天草宝島デー「天草黒毛和牛」											
26	木	ごはん		すき焼き風煮 ちくわの磯辺揚げ しそきくらげ和え	牛乳 牛肉 焼き豆腐 ちくわ	あおさ	米 でんぷん さとう 小麦粉 こんにゃく	はくさい しいたけ しょうが しめじ ねぎ きゅうり たまねぎ きくらげ	にんじん しょうが キャベツ きゅうり	693	26.5
天草宝島デー「豚肉」											
27	金	麦ごはん		天草豚肉カレー ハンバーグ フルーツカクテル	牛乳 豚肉 豆乳 スキムミルク	鶏肉	米 ルウ 麦 じゃがいも デミグラスソース ゼリー	しょうが えだまめ にんにく りんご みかん たまねぎ パイナップル にんじん もも ぶどう	えだまめ	722	26.5

2月の天草産の食材

米、きくらげ、しいたけ、いりこ、大根、白菜、豚肉、スナップえんどう



※献立は都合により変更することがあります。ご了承ください。

今月は、中学3年生からのリクエストメニューを取り入れています。

赤の文字のメニューが、リクエストメニューです。
アンケートのご協力ありがとうございました。

