



令和8年2月分 学校給食献立表



小学校 Bコース

※よくかんでゆっくり食べましょう

日	献立名	牛乳	赤色の食べもの 主に体をつくるはたらき		緑色の食べもの 主に体の調子を整えるはたらき		黄色の食べもの 主にエネルギーになるはたらき		エネルギー たんぱく質 食塩相当量
			肉・魚・卵・豆・豆製品	牛乳・乳製品・小魚・海そう	色のこい野菜	その他の野菜・果物	米・パン・めん・いも・砂糖	油脂類・種実類	
2月	ごはん	○					ごはん		580 kcal
	ピリ辛豚どん		豚肉		にんじん、ねぎ	白菜キムチ、たまねぎ、しめじ、ごぼう	しらたき、砂糖	サラダ油	21.1 g
	パンパンジーサラダ		鶏肉		にんじん	もやし、キャベツ	砂糖	ごま、ねりごま、ごま油 サラダ油	2.2 g
	りんご					りんご			
(節分) 節分は、立春の前日のことです。昔から、季節の変わり目は邪気が入りやすいと言われていて、炒った大豆をまいたり、柊に鰯の頭をさして玄関に飾ったりして、邪気を払い、無病息災を願います。 (長門市交流給食) 古式捕鯨のまちの長門市と近代捕鯨のまちの下関市で、伝統的食文化の継承のひとつとして鯨給食で交流しています。									
3火	ごはん	○					ごはん		622 kcal
	さつま汁		鶏肉、麦みそ		にんじん、ねぎ	だいこん、ごぼう	さつまいも	サラダ油	27.2 g
	鯨の竜田揚げ		鯨肉					揚げ油	1.8 g
	赤しそあえ				にんじん、赤しそ	キャベツ、きゅうり			
4水	節分豆	○	節分豆						
	減ごはん						ごはん		592 kcal
	カレーうどん		牛肉、かまぼこ		にんじん、ねぎ	たまねぎ、キャベツ	県産うどん	サラダ油	18.7 g
	海そうサラダ			海藻サラダ、わかめ		だいこん、スイートコーン	砂糖	サラダ油	2.3 g
5木	ごはん	○					ごはん		607 kcal
	すまし汁		豆腐、かまぼこ		ほうれんそう	たまねぎ、えのきたけ			29.2 g
	さばの味噌煮		国産さば味噌煮						2.0 g
	ひじきの炒め煮		鶏肉、油揚げ	ひじき	にんじん、さやいんげん		しらたき、砂糖	サラダ油	
6金	(地場産給食) いちごは下関市でとれたものを使用予定です。								
	黒糖パン	○					黒糖パン		611 kcal
	ボルシチ		牛肉	生クリーム	にんじん	たまねぎ、キャベツ、ピーズ、にんにく	じゃがいも	サラダ油	23.2 g
	フルーツあえ					いちご、パインアップル、みかん、もも			1.6 g
(ふくの日) 語呂合わせて、2月9日はふくの日です。ふぐは、幸福の福とかけて「ふく」と言われます。									
9月	ごはん	○					ごはん		593 kcal
	ふく鍋		ふく、生揚げ、麦みそ		にんじん	はくさい、だいこん、しめじ、白ねぎ			27.2 g
	大豆の五目煮		大豆、鶏肉		にんじん、さやいんげん	ごぼう、しいたけ	こんにやく、砂糖	サラダ油	1.9 g
	いよかん					いよかん			
10火	ごはん	○					ごはん		574 kcal
	親子煮		鶏肉、鶏卵、ちくわ		にんじん	たまねぎ、グリーンピース	じゃがいも、砂糖	サラダ油	23.0 g
	白いんげん豆の白和え		白いんげん		こまつな、にんじん	はくさい	砂糖	ごま、ねりごま	1.5 g
	根菜とツナの炊き込みごはん		まぐろ油揚げ		にんじん、さやいんげん	県産れんこん、ごぼう、しょうが	アルファ化米、もち米、砂糖	サラダ油、ごま油	636 kcal
12木	アジカツ	○	アジカツ						
	切り干し大根のサラダ		鶏肉		にんじん	切り干し大根、きゅうり		マヨネーズ(卵なし)	1.9 g
	小野茶ムース						小野茶ムース		
	パン						パン		594 kcal
13金	肉団子のケチャップ煮	○	ミートボール		にんじん、ブロッコリー	たまねぎ、エリンギ	じゃがいも、砂糖	サラダ油	23.3 g
	ほうれん草とアーモンドのサラダ				ほうれんそう	キャベツ、スイートコーン	砂糖	アーモンド、サラダ油	2.1 g
16月	わかめごはん	○	角天、油揚げ	わかめ	にんじん、さやいんげん	たけのこ	アルファ化米、もち米 しらたき、砂糖	サラダ油	633 kcal
	豆とかぼちゃのコロッケ		豆とかぼちゃのコロッケ					揚げ油	20.2 g
	カレー風味サラダ		まぐろ水煮		にんじん	キャベツ、きゅうり		マヨネーズ(卵なし)	2.3 g
	ミニゼリー(もも)						ミニゼリー(もも)		
17火	ごはん	○					ごはん		609 kcal
	かきたまみそ汁		鶏卵、豆腐、麦みそ		にんじん、ねぎ	たまねぎ、えのきたけ			26.2 g
	いわしの梅煮		いわし梅煮						2.5 g
	小松菜の煮びたし		角天		こまつな、にんじん	もやし	砂糖	サラダ油	
18水	ごはん	○					ごはん		605 kcal
	豚肉とじゃがいもの煮物		豚肉、生揚げ		にんじん、さやいんげん	しょうが、たまねぎ	じゃがいも、砂糖	サラダ油	24.1 g
	おかかごま酢あえ		かつおぶし		ほうれんそう	キャベツ、切り干し大根	砂糖	ごま	1.2 g
19木	ごはん	○					ごはん		647 kcal
	ひじきとビーフンのスープ		鶏肉	ひじき	にんじん、ねぎ	たまねぎ、もやし	ビーフン		21.4 g
	春巻き		春巻き					揚げ油	1.5 g
	マーボー大根		豆腐、豚肉、赤みそ、白みそ		にんじん	だいこん、たまねぎ、たけのこ グリーンピース、しょうが、しいたけ	てんぷん、砂糖	サラダ油、ごま油	
20金	パン	○					パン		619 kcal
	いちごジャム						いちごジャム		25.5 g
	白菜のミルク煮		鶏肉	牛乳、チーズ	にんじん	はくさい、たまねぎ、グリーンピース しめじ	じゃがいも	サラダ油	2.7 g
	しらすサラダ			しらす干し		キャベツ、もやし、スイートコーン	砂糖	サラダ油	
24火	ごはん	○					ごはん		576 kcal
	わかめスープ		豆腐、かまぼこ	わかめ		たまねぎ、えのきたけ	ごま油		26.1 g
	ピビンバ		牛肉、赤みそ、鶏卵		ほうれんそう、にんじん	にんにく、白ねぎ、もやし	砂糖	ごま、サラダ油、ごま油	1.9 g
25水	麦ごはん	○					ごはん、山口県産押麦		662 kcal
	ボークハヤシライス		豚肉、鶏レバー		にんじん	たまねぎ、グリーンピース、エリンギ		サラダ油	20.9 g
	ポテトサラダ					きゅうり、りんご	じゃがいも	マヨネーズ(卵なし)	2.2 g
26木	ごはん	○					ごはん		595 kcal
	そばろ煮		鶏肉、ちくわ、生揚げ		にんじん、さやいんげん	たまねぎ	じゃがいも、砂糖	サラダ油	23.4 g
	細切りサラダ			ひじき	にんじん	だいこん、もやし	砂糖	ごま、サラダ油	1.1 g
	パン						パン		641 kcal
27金	高野豆腐と野菜のスープ	○	こうや豆腐、豚肉		にんじん	キャベツ、たまねぎ、しょうが		サラダ油	26.9 g
	チキンチキンごぼう		鶏肉		にんじん	ごぼう、グリーンピース	てんぷん、砂糖	揚げ油	2.5 g
	コーヒー牛乳の素						コーヒー牛乳の素		

★学校給食の山口県産食材の利用については、「学校給食県産食材利用拡大事業」により、JA山口グループ、水産関係団体、山口県などから一部助成を受けています。

★仕入れの都合により、材料・献立が急きょ変更になる場合があります。ご了承ください。

★給食の実施日については、各学校で異なりますのでご注意ください。

★しらす干しやちりめん、海そう類には、エビやカニ等が混入する場合があります。アレルギーのある方はご注意ください。

★揚げ油は、数回使用します。(他の日と使い回しています)