



令和8年2月分 学校給食献立表



※よくかんでゆっくり食べましょう

中学校・小学校(親子・菊川)コース

日	献立名	牛乳	主に体の組織をつくる		主に体の調子を整える		主にエネルギーになる		小学校	中学校
			1群	2群	3群	4群	5群	6群		
			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		
(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。										
2月	ごはん					ごはん		622 kcal	756 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	32.0 g
	鯨の竜田揚げ	○	鯨肉					揚げ油	1.8 g	2.3 g
	赤しそあえ				にんじん、赤しそ	キャベツ、きゅうり				
	節分豆		節分豆							
(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。										
3火	黒糖パン					黒糖パン		611 kcal	762 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	28.0 g
	フルーツあえ					いちご、パイナップル、みかんもも			1.6 g	2.0 g
4水	ごはん					ごはん		607 kcal	745 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	35.6 g
	さばの味噌煮		国産さば味噌煮						2.0 g	2.5 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		
5木	ごはん					ごはん		580 kcal	710 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	25.0 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	2.6 g
	りんご					りんご				
6金	減ごはん					ごはん		592 kcal	736 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	22.1 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	3.0 g
(ふくの日) 語呂合わせて、2月9日はふくの日です。ふくは、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	717 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	32.8 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	こんにゃく、砂糖	サラダ油	1.9 g	2.4 g
	いよかん					いよかん				
10火	パン					パン		594 kcal	732 kcal	
	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	28.2 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	2.7 g
12木	根菜とツナの炊き込みごはん		まぐろ油漬		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	720 kcal
	アジカツ	○	アジカツ					揚げ油	20.9 g	24.1 g
	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	2.3 g
	小野茶ムース						小野茶ムース			
13金	ごはん					ごはん		574 kcal	700 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	27.2 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	1.7 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	708 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	22.0 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	2.6 g
	ミニゼリー(もも)						ミニゼリー(もも)			
17火	パン					パン		619 kcal	753 kcal	
	いちごジャム	○					いちごジャム		25.5 g	30.6 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	3.3 g
18水	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		
	ごはん						ごはん		605 kcal	743 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	28.8 g
19木	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	1.6 g
	ごはん						ごはん		609 kcal	746 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	31.3 g
	いわしの梅煮		いわし梅煮						2.5 g	3.2 g
20金	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		
	ごはん						ごはん		647 kcal	757 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	24.8 g
	春巻き		春巻き					揚げ油	1.5 g	1.8 g
24火	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	でんぶん、砂糖	サラダ油、ごま油		
	パン						パン		641 kcal	787 kcal
	高野豆腐と野菜のスープ	○	ごうや豆腐、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	32.6 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	でんぶん、砂糖	揚げ油	2.5 g	3.1 g
25水	コービー牛乳の素						コービー牛乳の素			
	麦ごはん						ごはん、山口県産押麦		662 kcal	816 kcal
	ポークハヤシライス	○	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	24.6 g
26木	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	2.7 g
	ごはん						ごはん		595 kcal	727 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	27.8 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	1.3 g
27金	ごはん						ごはん		576 kcal	701 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	30.8 g
	ビビンバ		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	2.4 g

★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)