

# 令和8年2月分 学校給食献立表



※よくかんで食べましょう。

新下関学校給食センター

日	献立名	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		
		牛乳	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・穀実類	エネルギー・たんぱく質・食塩相当量
2月	減ごはん	○					ごはん		578 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	720 kcal 18.4 g 21.8 g
	海そうサラダ			海藻サラダ,わかめ		だいこん,きゅうり,スイートコーン	砂糖	サラダ油	2.6 g 3.1 g
(筋分)筋分は、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、柊に鯛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 27.2 g 1.8 g
	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	757 kcal 32.0 g 2.3 g
	鯨の竜田揚げ		鯨肉					揚げ油	
4水	赤しそあえ	○			にんじん,赤しそ	キャベツ,きゅうり			
	節分豆								
	パン						パン		611 kcal 25.3 g 2.5 g
5木	いちごジャム	○					いちごジャム		751 kcal 30.6 g 3.3 g
	白菜のミルク煮		鶏肉	牛乳,チーズ	にんじん	ほくさい,たまねぎ,グリンピース,しめじ	じゃがいも	サラダ油	
	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	
6金	ごはん	○					ごはん		605 kcal 29.2 g 2.0 g
	すまし汁		豆腐,かまぼこ		ほうれんそう	たまねぎ,えのきだけ			745 kcal 35.6 g 2.4 g
	さばの味噌煮								
7木	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	
	ごはん								580 kcal 21.1 g 2.2 g
	ピリ辛豚どん				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	709 kcal 25.0 g 2.6 g
8金	パンパンジーサラダ	○			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	
	りんご						りんご		
	(ふくの日)語呂合わせで、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		594 kcal 27.5 g 1.9 g
	ふく鍋		ふく,生揚げ,麦みそ		にんじん	ほくさい,だいこん,しめじ,白ねぎ			720 kcal 32.8 g 2.4 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	
10火	いよかん	○					いよかん		
	ごはん						ごはん		570 kcal 23.0 g 1.5 g
	親子煮		鶏肉,鶏卵,ちくわ		にんじん	たまねぎ,グリンピース	じゃがいも,砂糖	サラダ油	697 kcal 27.2 g 1.7 g
11木	白いんげん豆の白和え	○	白いんげん		こまつな,にんじん	ほくさい	砂糖	ごま,ねりごま	
	ごはん								595 kcal 20.1 g 1.1 g
	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	727 kcal 23.6 g 1.3 g
12木	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
	根菜とツナの炊き込みごはん		まぐろ油漬け		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	
	アジカツ							揚げ油	637 kcal 20.9 g 1.8 g
13金	切り干し大根のサラダ		アジカツ		にんじん	切り干し大根,きゅうり		マヨネーズ(卵なし)	
	小野菜ムース							小野菜ムース	
	ごはん								643 kcal 21.3 g 1.8 g
14木	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		759 kcal 24.9 g 2.1 g
	春巻き							揚げ油	
	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,グリンピース	でんぶん,砂糖	サラダ油,ごま油	
15火	わなかめごはん	○	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,じらたき,砂糖	サラダ油	
	豆とかぼちゃのコロッケ							揚げ油	634 kcal 20.1 g 2.4 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)	709 kcal 22.2 g 2.7 g
16木	ミニゼリー(もも)							ミニゼリー(もも)	
	(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								
17水	ボルシチ	○	牛肉	生クリーム	にんじん	たまねぎ,キャベツ,ピーツ,にんにく	じゃがいも	サラダ油	613 kcal 23.3 g 2.0 g
	フルーツあえ					いちご,パンアンドブルー,みかん,もも			762 kcal 28.0 g 2.0 g
	ごはん								603 kcal 24.2 g 1.3 g
18木	豚肉とじやがいもの煮物	○	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	739 kcal 28.8 g 1.7 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	
	ごはん								610 kcal 26.4 g 2.5 g
19金	かきたまみそ汁	○	鶏卵,豆腐,麦みそ		にんじん,ねぎ	たまねぎ,えのきだけ			748 kcal 31.6 g 3.2 g
	いわしの梅煮		いわし梅煮						
	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	
20火	ごはん	○	豆腐,かまぼこ	わかめ		たまねぎ,えのきだけ			575 kcal 26.1 g 2.0 g
	わかめスープ		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	702 kcal 30.8 g 2.4 g
	ビビンバ								
21木	パン	○					パン		638 kcal 26.9 g 2.5 g
	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	784 kcal 32.6 g 3.1 g
	チキンチキンごぼう		鶏肉		にんじん	ごぼう,グリンピース	でんぶん,砂糖	揚げ油	
22木	コーヒー牛乳の素						コーヒー牛乳の素		
	麦ごはん						ごはん,山口県産押麦		666 kcal 20.8 g 2.2 g
	ポークハヤシライス		豚肉,鶏レバー		にんじん	たまねぎ,グリンピース,エリンギ		サラダ油	817 kcal 24.6 g 2.7 g
23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)	
	ごはん						ごはん		591 kcal 23.5 g 1.1 g
	そぼろ煮		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	724 kcal 27.8 g 1.4 g
24木	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	

★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)