



2026年2月分 学校給食献立予定表

マナーを守って楽しく食べよう

日	曜	献立名	あか おも からだ そしき 赤：主に体の組織をつくる		みどり おも からだ ちょうし とどの 緑：主に体の調子を整える		き おも 黄：主にエネルギーになる		小学校 エネルギー (kcal)	中学校 エネルギー (kcal)
			1群 (たんぱく質)	2群 (カルシウム)	3群 (カロテン)	4群 (ビタミン)	5群 (炭水化物)	6群 (脂質)	たんぱく質 (g)	たんぱく質 (g)
			魚・肉・卵 豆・豆製品	牛乳・乳製品 骨ごと食べる小魚 海そう	緑黄色野菜	その他の野菜 果物・きのこ	米・パン・めん いも・砂糖	油脂 種実		
2月	火	ご飯					【こめ】		592	750
		牛乳		【ぎゅうにゅう】						
		手巻きご飯の具								
		「まぐろの甘辛煮	まぐろフレーク		にんじん	とうもろこし・しょうが	さとう	あぶら	25.2	30.3
		◎即席和え				きゅうり・だいこん	さとう			
		手巻きのり		【のり】						
3月	火	吉野汁	とりにく・あつあげ		にんじん・はねぎ	だいこん	さといも・でんぶん		631	790
		ご飯					【こめ】			
		牛乳		【ぎゅうにゅう】						
		肉団子 (小中2)	とりにく・ぶたにく		にんじん	ごぼう・たまねぎ・にんにく しょうが・りんご	さとう	ラード・ごま ごまあぶら あぶら	28.1	34.6
		◎はくさいのこんぶ和え	ささみフレーク	こんぶ	こまつな	はくさい	さとう	ごまあぶら		
		かす汁	ぶたにく・【どうぶ】 しろみそ		にんじん	だいこん・えのきだけ 【ねぎ】・しょうが		あぶら		
4月	水	いり大豆	だいず						698	862
		ミルクロールパン					ミルクロールパン			
		牛乳		【ぎゅうにゅう】						
		オムレツ	たまご				さとう	あぶら	28.7	34.6
		◆☆ごまめチキン	とりにく			しょうが・【れんこん】 えだまめ	でんぶん・こめこ さとう	あぶら・ごま		
5月	木	ポトフ	ウインナー		にんじん・ブロッコリー	たまねぎ・キャベツ・しめじ	じゃがいも	あぶら	724	896
		ご飯					【こめ】			
		牛乳		【ぎゅうにゅう】						
		☆とり肉の竜田揚げ	とりにく			しょうが	でんぶん・こめこ	あぶら	28.7	33.6
		だいこんのそぼろ煮	ぶたにく・はんぺん		にんじん・さやいんげん	だいこん・こんにゃく ほししいたけ・しょうが	さとう	あぶら		
6月	金	◎こまつなのなめだけ和え			こまつな	えのきだけ	みずあめ・さとう		638	789
		ご飯					【こめ】			
		牛乳		【ぎゅうにゅう】						
		さばの塩焼き	さば					あぶら	32.0	37.8
		高野豆腐のうま煮	とりにく・こうやどうふ	こんぶ	にんじん・さやいんげん	こんにゃく・【れんこん】	さとう	あぶら		
9月	火	だしをあじわうすまし汁	かまぼこ・【どうぶ】		にんじん・なのはな	たけのこ・えのきだけ ほししいたけ			706	916
		ご飯					【こめ】			
		牛乳		【ぎゅうにゅう】						
		ポークカレー	ぶたにく		にんじん・【トマト】	たまねぎ	じゃがいも・カレールウ	あぶら	23.4	28.9
		☆チキンナゲット (小2・中3)	とりにく			にんにく	パンこ・こむぎこ	ラード あぶら		
10月	火	◎まめまめサラダ	だいず・まぐろフレーク			えだまめ・きゅうり とうもろこし		ドレッシング	617	755
		ご飯					【こめ】			
		牛乳		【ぎゅうにゅう】						
		関東煮	とりにく・はんぺん		にんじん	だいこん・こんにゃく	さといも・さとう	あぶら	24.1	27.8
		絹厚揚げの肉みそがけ	だいず・ぶたにく・あかみそ				でんぶん・さとう	あぶら		
12月	木	◎赤じそ和え			みずな・【しそ】	はくさい			623	748
		中華めん					【ちゅうかめん】			
		牛乳		【ぎゅうにゅう】						
		しょうゆラーメン (汁)	ぶたにく・やきぶた なると		にんじん・チンゲンサイ にら	キャベツ・とうもろこし		あぶら	27.5	33.7
		ポークシューマイ (小2・中3)	ぶたにく			たまねぎ・【ねぎ】 しょうが・にんにく	でんぶん・さとう こむぎこ・みずあめ	あぶら		
13月	金	◎もやしとちくわの中華和え	ちくわ			もやし・きゅうり	さとう	ごまあぶら	592	747
		わかめご飯		わかめ			【こめ】			
		牛乳		【ぎゅうにゅう】						
		ぶりのみりん焼き	ぶり			しょうが	さとう・でんぶん		25.6	31.3
		◎いんげんのごま和え			さやいんげん		さとう	ごま		
16月	火	ぶた汁	ぶたにく・【どうぶ】 あぶらあげ・あかみそ		にんじん	ごぼう・だいこん 【ねぎ】・えのきだけ	さといも	あぶら	642	816
		ご飯					【こめ】			
		牛乳		【ぎゅうにゅう】						
		ハンバーグの梅おろしがけ	ぶたにく・とりにく			たまねぎ・うめ・だいこん	でんぶん・さとう	ラード・あぶら	27.8	34.1
		◎千草和え	あぶらあげ		ほうれんそう・にんじん	こんにゃく・もやし	さとう			
茶わん蒸しスープ			とりにく・たまご・かまぼこ		にんじん・【みつば】	えのきだけ・ほししいたけ	でんぶん	あぶら		

毎月19日は「食育の日」です。
食について、家族でも話し合っ
てみましょう！



2026年2月分 学校給食献立予定表



マナーを守って楽しく食べよう

日 曜	献立名	赤：主に体の組織をつくる		緑：主に体の調子を整える		黄：主にエネルギーになる		小学校	中学校
		1群（たんぱく質）	2群（カルシウム）	3群（カロテン）	4群（ビタミン）	5群（炭水化物）	6群（脂質）	エネルギー (kcal)	エネルギー (kcal)
		魚・肉・卵 豆・豆製品	牛乳・乳製品 骨ごと食べる小魚 海そう	緑黄色野菜	その他の野菜 果物・きのこ	米・パン・めん いも・砂糖	油脂 種実	たんぱく質 (g)	たんぱく質 (g)
17	火	ごはん しゅんをあじわう日				【こめ】		699	848
		牛乳	【ぎゅうにゅう】						
	火	てりどり	とりにく		しょうが	さとう・でんぶん	あぶら	32.4	37.0
		◎しゅんぎくのツナ和え	まぐろフレーク	しゅんぎく	キャベツ・もやし	さとう			
		冬の根菜汁	ぶたにく・あぶらあげ	にんじん	だいこん・【れんこん】 かぶ・【ねぎ】・ほししいたけ		あぶら		
18	水	*しらぬい			しらぬい			647	799
		サンドイッチパンズパン				サンドイッチパンズパン			
		牛乳	【ぎゅうにゅう】						
		フィッシュバーガーの具							
		「☆フィッシュフライ	すけそうたら・だいすこ			こむぎこ・さとう でんぶん	あぶら	25.5	30.5
19	木	◎キャベツのタルタルソース和え	とうにゅう	かぼちゃ	キャベツ・きゅうり たまねぎ	さとう	あぶら		
		ミネストローネ	ベーコン	かぼちゃ・にんじん パセリ・トマト	たまねぎ・セロリ	じゃがいも	あぶら	621	769
		ごはん				【こめ】			
		牛乳	【ぎゅうにゅう】						
		☆ちくわの米粉カレー揚げ（小中2）	ちくわ			こめこ	あぶら	25.1	28.8
20	金	ひじきのいため煮	まぐろフレーク	ひじき	にんじん	さとう	あぶら		
		とり団子汁		にんじん・みずな	はくさい・【ねぎ】 えのきだけ・しらたき				
		＜とり団子＞	とりにく		たまねぎ	でんぶん・さとう			
		麦ご飯				【こめ】・おおむぎ		627	773
		牛乳	【ぎゅうにゅう】						
21	土	そば丼の具	とりにく・こうやどうふ	にんじん	とうもろこし・しょうが	さとう	あぶら	28.8	34.2
		◎ほうれんそうのおひたし		ほうれんそう	もやし	さとう			
		具汁	ぶたにく・だいすペースト 【とうふ】・ミックスみそ	にんじん	だいこん・【ねぎ】 しょうが	さといも	あぶら		
		ココアパウダー				さとう			
		魚の骨を つけてね							
22	日	ごはん				【こめ】		657	808
		牛乳	【ぎゅうにゅう】						
		☆ヤンニョムフィッシュ	ほき		にんにく	でんぶん・さとう	あぶら・ごま		
		◎チンゲンサイの中華和え	まぐろフレーク	チンゲンサイ・にんじん		さとう	ごまあぶら	25.8	29.9
		はるさめスープ	とりにく	にんじん・にら	はくさい・もやし ほししいたけ・とうもろこし	はるさめ	あぶら		
23	月	*ヨーグルト	ヨーグルト					615	770
		ごはん				【こめ】			
		牛乳	【ぎゅうにゅう】						
		肉じゃが	ぎゅうにく・ぶたにく	にんじん・さやいんげん	こんにゃく・たまねぎ	じゃがいも・さとう	あぶら	23.9	28.1
		キャベツ入りつくね	とりにく・かつおぶし		キャベツ・しょうが	でんぶん・さとう	ラード・あぶら		
24	火	◎ブロッコリーのドレッシング和え		ブロッコリー			ドレッシング	667	765
		白玉うどん				【しらたまうどん】			
		牛乳	【ぎゅうにゅう】						
		カレーうどん（汁）	とりにく・かまぼこ	にんじん	たまねぎ・【ねぎ】 ほししいたけ	カレールウ・でんぶん	あぶら	22.6	25.4
		☆ふんわり野菜揚げ（小中2）	とうふ・ぎょにくすりみ とうにゅう	にんじん	たまねぎ・えだまめ とうもろこし	さとう・こむぎこ でんぶん	あぶら		
25	水	◎骨太和え		ちりめんじゃこ	こまつな	もやし	さとう	607	771
		麦ご飯				【こめ】・おおむぎ			
		牛乳	【ぎゅうにゅう】						
		☆ポロニアカツ	とりにく			じゃがいも・こめこ でんぶん・さとう	あぶら	20.7	25.3
		◎ポテトサラダ		にんじん	きゅうり・とうもろこし	じゃがいも・さとう	マヨネーズふう ちようみりよう		
26	木	コンソメスープ	とりにく	にんじん・ブロッコリー パセリ	キャベツ・たまねぎ・エリンギ		あぶら	607	771
		野菜ふりかけ	かつおぶし	のり	まっちゃん・ブロッコリー ほうれんそう・かぼちゃ アスパラガス	さとう・でんぶん さつまいも			
		ごはん				【こめ】			
		牛乳	【ぎゅうにゅう】						
		☆ポロニアカツ	とりにく			じゃがいも・こめこ でんぶん・さとう	あぶら	20.7	25.3
27	金	◎ポテトサラダ		にんじん	きゅうり・とうもろこし	じゃがいも・さとう	マヨネーズふう ちようみりよう		
		コンソメスープ	とりにく	にんじん・ブロッコリー パセリ	キャベツ・たまねぎ・エリンギ		あぶら	607	771
		野菜ふりかけ	かつおぶし	のり	まっちゃん・ブロッコリー ほうれんそう・かぼちゃ アスパラガス	さとう・でんぶん さつまいも			
		ごはん				【こめ】			
		牛乳	【ぎゅうにゅう】						

- * 印のしらぬいの皮・空袋、ヨーグルトの空容器・スプーンは業者が回収します。
- サラダは、生野菜ではなく、すべてゆでて使用します。
- 【 】 の食品は愛知県産のものを使用しています。（天候などにより、産地が変わることがあります。）
- ◎印はセンターでドレッシングなどで和えてあります。
- ☆印はセンターで揚げて調理してあります。
- ◆印は浅野小学校の児童が考えた応募献立です。
- 印はたれを別送りします。
- は「卵除去食」提供日です。
- 2日、5日、6日、10日、13日、17日、19日、20日、25日、27日は、アレルゲン（えび・かに・くるみ・小麦・卵・乳）を含まない献立です。
- すべての食材には、そば・落花生を使用していません。

一宮市では、学校給食課のウェブページに
「好評献立」を掲載しています。
ご家庭でも給食の味を再現してみてください。

