



# 2月 学校給食献立予定表 (中学校)



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 エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)
				あか	きいろ	みどり		
2月	麦ごはん	牛乳	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	たまねぎ にら ねぎ	にんじん さくらげ にんにく えだまめ キャベツ きゅうり しめじ
3 火	麦ごはん	牛乳	けんちん汁 いわし生姜煮 かみかみ和え	牛乳 鶏肉 豆腐 油揚げ	いわし 大豆	米 こんにゃく ドレッシング	しいたけ だいこん にんじん こぼう ねぎ	きゅうり もしやし しょうが たまねぎ
4 水	カット丸パン	牛乳	コンソメスープ ハートのコロッケ <b>マカロニサラダ ハートのゼリー</b>	牛乳 ワインナー 鶏肉 豚肉	ハム 豆乳	丸パン 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 ねぎ	キャベツ きゅうり どうもろこし いちご果汁
5 木	ごはん	牛乳	天草宝島デー「白菜」 <b>白菜</b> 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 でんぶん 油	じょうが だけのこ にんじん しいたけ	たまねぎ はくさい ねぎ もやし きゅうり
6 金	麦ごはん	牛乳	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	たまねぎ にんじん ねぎ	キャベツ きゅうり しょうが えのきだけ
9 月	米粉パン	牛乳	白菜ときのこのスープ <b>たいのバジルオリーブ焼き</b> ひじきサラダ	牛乳 ベーコン たい ひじき	鶏肉 チーズ	米粉パン 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 しめじ きゅうり にんにく	バセリ バジル キャベツ レモン果汁
10 火	麦ごはん	牛乳	もずくのましま汁 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 でんぶん ドレッシング	たまねぎ にんじん しみじ ねぎ れんこん	キャベツ きゅうり どうもろこし こぼう
12 木	ごはん	牛乳	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	米 ごま さとう	なめこ たまねぎ にんじん だいこん	きゅうり ねぎ
13 金	麦ごはん	牛乳	マーボー厚揚げ <b>さようざ②</b> 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 さとう でんぶん	キャベツ にんじん たまねぎ にんにく	しょうが にんじん しいたけ きゅうり しそ
16 月	麦ごはん	牛乳	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 さといも さとう	だいこん にんじん 小松菜 きゅうり	とうもろこし
17 火	麦ごはん	牛乳	わかめスープ <b>春巻き</b> ごまネーズ和え	牛乳 わかめ 豆腐 ハム	豚肉 かまぼこ	米 油 春雨 ノンエッグマヨネーズ ごま	にんじん たまねぎ のたけ ねぎ	きゅうり しょうが しいたけ キャベツ
18 水	黒糖パン	牛乳	根菜のクリーミーシチュー <b>苦鶴のピカタ</b> 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 油 シチュールワ	にんじん たまねぎ のたけ ねぎ	えだまめ しめじ れんこん きゅうり キャベツ
19 木	ぶち丸ごはん	牛乳	ふるさとくまさんデー【阿蘇の味】 だご汁 れんこんはさみ揚げ② 阿蘇高菜炒め	牛乳 ちりめん 茎ワカメ	大豆 鶏肉 さといとん 油 【いりこ】	米 さとう ごま	にんじん だいこん はくさい ねぎ	こぼう しいたけ れんこん 高菜漬け
20 金	チキンライス	牛乳	天草宝島デー「スナップえんどう」 <b>ポトフスープ</b> 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	ワインナー 鶏肉	米 じゃがいも サラダ油	にんじん たまねぎ キャベツ しめじ	えだまめ バセリ きゅうり ほうれん草 スナップエンドウ
24 火	わかめごはん	牛乳	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	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 にんじん しめじ ねぎ	ほうれん草 れんこん
25 水	ミルクパン	牛乳	ABCマカロニースープ <b>かぼちゃフライ</b> クリーミーサラダ	牛乳 豚肉	ワインナー ハム	ミルクパン マカロニ パン粉 でんぶん 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
26 木	ごはん	牛乳	天草宝島デー「天草黒毛和牛」 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 でんぶん さとう 小麦粉 こんにゃく	はくさい しみじ ねぎ	にんじん キャベツ きくらげ
27 金	麦ごはん	牛乳	天草豚肉 <b>カレー</b> ハンバーグ フルーツカクテル	牛乳 豚肉 スキムミルク	鶏肉 豆乳 ゼリー	米 ルウ マヨネーズ デミグラスソース ゼリー	しょうが にんにく りんご たまねぎ みかん パイナップル もも	えだまめ みかん パイナップル ぶどう

## 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。

