



# 令和8年 2月分 給食献立予定表

瀬戸内市長船学校給食調理場

日付	献立名				エネルギー (幼) (小) (中)	主な材料					
	主食	主菜(メインのおかず)	副菜(主菜をおぎなう)	その他		血やにくくなる	体の調子をとどめる	力や熱のもとになる			
2 (月)	節分献立 ふくふくごはん 【たまご(別配缶)】	いわしの甘酢味	打ち豆汁	●きざみのり	484 622 750	ちりめん 牛乳 あぶらあげ 中みそ	たまご いわし だいず のり	ねぎ ごぼう だいこん なす	えだまめ にんじん きゅうり	こめ でんぶん さといも	むぎ あげあぶら さとう
3 (火)	胚芽パン 【小麦・乳】	チリコンカン	じゃがいものチーズ焼き 【乳】		492 662 805	牛乳 ひよこめ ベーコン 白みそ	だいず ぶた肉 ウィンナー チーズ	たまねぎ マッシュルーム トマト とうもろこし	にんじん いんげん すりりんご えだまめ	胚芽パン さとう	じゃがいも さとう
4 (水)	むぎ 麦ごはん	みそちゃんこ	ごまあえ		481 600 751	牛乳 とり肉 赤みそ	とり肉 厚揚げ 中みそ	にんにく だいこん にんじん しめじ こまつな	しょうが はくさい 白ねぎ ごぼう とうもろこし	こめ ごま	むぎ さとう
5 (木)	しろ 白ごま担々うどん 【うどん:小麦】	にくだんご 肉団子のもち米蒸し 【小麦】	ゆず香あえ		505 601 804	鶏ミンチ ぶた肉 牛乳	かまぼこ 中みそ	たまねぎ キャベツ だいこん はくさい	にんじん 白ねぎ 葉大根 ゆず果汁	うどん ごま もち米 パン粉	あぶら さとう でんぶん
6 (金)	瀬戸内市産野菜100%給食DAY むぎ 麦ごはん	さわらの西京焼き	にんじんとツナのあえもの	国府小、長船中 人気デザート レモンムース	489 611 740	牛乳 白みそ あぶらあげ ツナ	さわら ぶた肉 中みそ こんぶ	にんじん ねぎ キャベツ	だいこん キャベツ	こめ さとう あぶら	むぎ じゃがいも あぶら
9 (月)	とりそぼろどんぶり 【たまご(別配缶)】		美和小オリジナルみそ汁	★豆乳 レモンムース	528 673 798	鶏ミンチ 牛乳 とうふ 中みそ	たまご あぶらあげ ちりめん わかめ	しょうが えだまめ キャベツ ねぎ	にんじん ごぼう えのきたけ	こめ あぶら ごま レモンムース(乳・卵無)	むぎ さといも
10 (火)	こめ 米粉パン 【小麦・乳】	さけのシチュー 【小麦・乳】	じゃこのサラダ	●ミルメーク コーヒー	486 602 749	牛乳 さけ さけフレーク ちりめん	さけ とうにゅう	にんにく たまねぎ ほうれん草 キャベツ	にんじん マッシュルーム みずな	米粉パン こむぎ あぶら さとう	じゃがいも バター ミルメーク さとう
12 (木)	バレンタインデー献立 スープスパゲッティ 【ソフトめん:小麦】		グリーンサラダ	ココアカップ ケーキ 【乳・小麦・ たまご】	534 648 814	ベーコン 牛乳 おから	ポークハム たまご とうにゅう	にんにく マッシュルーム とうもろこし ほうれん草 えのき	にんじん たまねぎ キャベツ 黄ピーマン	ソフトめん でんぶん ケーキミックス粉 ココア さとう	オリーブオイル バター チョコレート
13 (金)	わかめごはん	とりのから揚げ	ごもく 五目きんぴら	国府小、長船中 人気メニュー わかめごはん とりのから揚げ きんぴらごぼう	543 693 824	わかめ とり肉 平天	牛乳 ぎゅう肉	しょうが ごぼう れんこん	にんにく にんじん えだまめ	こめ でんぶん あぶら ごま	もちむぎ あげあぶら さとう
16 (月)	ビビンバ		もずくスープ	★ヨーグルト 【乳】	517 671 792	ぎゅう肉 牛乳 とうふ もずく	赤みそ とり肉 ヨーグルト	にんじん だいこん こまつな とうもろこし たまねぎ ねぎ	にんにく もやし ぜんまい たまねぎ	こめ ごま油	むぎ さとう
17 (火)	セルフ照り焼きバーガー (米粉パン【小麦・乳】・チキンパティ【小麦】・ボイルキャベツ)		マカロニスープ 【小麦】	●スライス チーズ 【乳(中のみ)】	512 686 877	とり肉 牛乳 チーズ(中のみ)	ほたて ウィンナー	キャベツ にんじん ブロッコリー	たまねぎ とうもろこし	米粉パン ノンエッグマヨネーズ(乳・卵無) パン粉	マカロニ バター
18 (水)	どどめせ 【えび】	さわらの 塩こうじ焼き	すまし汁 【小麦】	きびだんご 【小麦】	483 605 748	とり肉 ちくわ 牛乳 塩こうじ	えび さわら かまぼこ	ほししいたけ ごぼう たまねぎ ねぎ	にんじん えだまめ たまぎたけ かんぴょう	こめ あぶら きびだんご	むぎ さとう
19 (木)	しょうがうどん 【うどん・汁:小麦】		みそマヨネーズあえ	★豆乳 プリン	564 680 834	とり肉 かまぼこ 牛乳 ちりめん	あぶらあげ わかめ ちくわ 白みそ	とうもろこし たまねぎ しょうが	にんじん ねぎ キャベツ	うどん 豆乳プリン(乳・卵無) ノンエッグマヨネーズ(乳・卵無)	
20 (金)	むぎ 麦ごはん	すきやき 【小麦】	きりぼしだいこん 切干大根のごま酢あえ	長船中 人気デザート プリン	486 622 747	牛乳 焼きとうふ	ぎゅう肉 ポークハム	ごぼう たまねぎ 切干大根 とうもろこし えだまめ	にんじん 白ねぎ こまつな えだまめ	こめ じゃがいも やきふ ごま	むぎ さとう
24 (火)	きなこ揚げパン 【米粉パン:小麦・乳】	国府小、長船中 人気メニュー きなこ揚げパン	ポトフ	だいこん 大根サラダ	501 692 840	きなこ ウィンナー	牛乳	にんじん キャベツ ブロッコリー とうもろこし	たまねぎ えだまめ だいこん	米粉パン じゃがいも コンクリーミッドレッシング(乳・卵無)	あげあぶら さとう
25 (水)	★ナン【小麦】 ライス	行幸小6年い組 オリジナル献立 チキンカレー 【小麦】	長船中 人気メニュー カレー	のり酢あえ	515 641 808	とり肉 牛乳 のり	塩こうじ ツナ	にんにく にんじん とうもろこし ほうれん草	たまねぎ トマト すりりんご キャベツ	ナン むぎ カレーウ じゃがいも	こめ あぶら さとう
26 (木)	ごまみそラーメン 【中華めん:小麦】	ぎょうざ 【小麦】	はるさめサラダ	長船中 人気メニュー ラーメン、 はるさめサラダ	555 733 870	ぶた肉 中みそ くわわかめ	赤みそ 牛乳 チキンハム	にんにく たまねぎ とうもろこし ねぎ もやし	しょうが にんじん はくさい キャベツ	中華めん ごま油 ごまあぶら こむぎ パン粉	ごま はるさめ さとう
27 (金)	もってえねんジャーの日 むぎ 麦ごはん	さばの もろみ焼き	たくあんあえ 具だくさんのすまし汁		498 627 759	牛乳 みそ	さば 平天	しょうが にんじん だいこん たくあん	ねぎ ごぼう キャベツ しめじ	こめ	むぎ

※○印は瀬戸内市基本献立です。 ※●は、小袋がつきます。★は直接学校に配送されます。  
 ※献立は都合により変更することがあります。牛乳は毎日つきます。  
 ※献立名の欄に、アレルギー源になりやすい8品目に該当するものを【 】に載せています。  
 ※米粉パン・胚芽パン【小麦・乳】、米粉ソフトめん・米粉中華めん・うどん【小麦】が含まれています。  
 ※瀬戸内市のホームページに、献立表と使用した食材の産地を掲載しています。  
 ※27日は「もってえねんジャーの日」です。苦手なものにも挑戦して、食べ残しを少しでもなくしましょう。



2月の瀬戸内市産食材使用予定  
 米 小麦粉 白菜 キャベツ じゃがいも  
 だいこん にんじん ねぎ 裳掛手作りみそ

※6日は、子どもたちに地場産物の豊かさを  
 知ってもらい、健やかな食育に繋げるため  
 瀬戸内産野菜100%の給食を提供する  
 「瀬戸内市産野菜100%給食DAY」です。