2026年(令和8年)2月分　学校給食献立表(小学校)第1地区

※除去食対応する献立には◇マークを記しています。
※食物アレルギー対応として、ご希望される方には「学校給食用物資配合表」を配布しております。必要な方は各学校までお申し出ください。

2日・月

献立名：◇ふかがわめし<除去食対応不可>／ぎゅうにゅう／すましじる／みずなとだいこんのにもの

材料名	使用量(g)	
精白米	65	□
水	85	
あさり◆	15	○
酒	0.5	
しょうが	0.4	△
こいくちしょうゆ	1	
ごぼう	8	△
うすくちしょうゆ	4	
塩	0.1	
本みりん	1	
だし昆布	0.4	
鶏肉	25	○
酒	0.5	
豆腐	35	○
わかめ(塩蔵)	2	○
かまぼこ	5	○
にんじん	10	△
しめじ	6	△
みつば	3	△
うすくちしょうゆ	4	
こいくちしょうゆ	0.2	
本みりん	0.5	
塩	0.1	
だし昆布	0.5	
けずり節	2	
水	120	
豚肉	30	○
酒	0.5	
みずな	15	△
にんじん	10	△
だいこん	35	△
綿実油	1	□
うすくちしょうゆ	2.5	
砂糖	0.8	□
本みりん	0.3	
でんぷん	0.5	□
だし汁	5	

エネルギー／蛋白質：516kcal／25.1g

3日・火

献立名：コッペパン／ぎゅうにゅう／はるさめとはくさいのスープ／カリフラワーとブロッコリーのソテー／**まめがし**

材料名	使用量(g)	
はるさめ	7	□
鶏肉	25	○
酒	0.5	
はくさい	25	△
にんじん	10	△
たまねぎ	10	△
干ししいたけ	0.3	△
ねぎ	3	△
うすくちしょうゆ	4	
こいくちしょうゆ	0.2	
塩	0.1	
こしょう	0.01	
けずり節	2	
水	110	
カリフラワー	20	△
ブロッコリー	20	△
ベーコン	20	○
調理ワイン	0.5	
ホールコーン	15	△
綿実油	0.5	□
うすくちしょうゆ	1	
塩	0.1	
こしょう	0.01	
いり大豆	7	○
砂糖	2	□
水	1.5	
砂糖	0.5	□

エネルギー／蛋白質：587kcal／24.2g

4日・水

献立名：ごはん／ぎゅうにゅう／あじつけのり／かぶのみそしる／いわしのうめに／きざみたくあん

材料名	使用量(g)	
味付けのり	1袋	○
かぶ	35	△
にんじん	10	△
たまねぎ	10	△
うす揚げ	4	○
ねぎ	3	△
みそ	11	○
いりこ	3	
水	120	
いわし	50	○
砂糖	2.5	□
こいくちしょうゆ	1	
本みりん	2.5	
ねり梅	2	△
酒	2.5	
水	10	
たくあん	15	△

エネルギー／蛋白質：535kcal／21.2g

5日・木

献立名：コッペパン／ぎゅうにゅう／ちゅうかスープ／たらのマリネ／ぽんかん

材料名	使用量(g)	
鶏肉	30	○
酒	0.5	
にんじん	10	△
たまねぎ	20	△
干ししいたけ	0.3	△
もやし	10	△
チンゲンサイ	7	△
うすくちしょうゆ	4	
こいくちしょうゆ	0.2	
塩	0.1	
こしょう	0.01	
ごま油	0.3	□
けずり節	2	
水	110	
たら	50	○
塩	0.3	
こしょう	0.03	
酒	1	
でんぷん	7	□
コーン油	7	□
たまねぎ	10	△
にんじん	5	△
うすくちしょうゆ	3	
砂糖	3	□
酢	3	
ぽんかん	1個	△

エネルギー／蛋白質：588kcal／25.8g

6日・金

献立名：ごはん／ぎゅうにゅう／あじつけのり／◇たまごいりもずくじる／**たからづかぎのにくみそどうふ**　地産地消

材料名	使用量(g)	
味付けのり	1袋	○
卵◆	30	○
鶏肉	20	○
酒	1	
もずく	0.5	○
にんじん	10	△
たまねぎ	20	△
かまぼこ	5	○
しめじ	6	△
みつば	3	△
うすくちしょうゆ	4	
こいくちしょうゆ	0.2	
塩	0.1	
本みりん	0.5	
でんぷん	0.5	□
けずり節	2	
水	100	
豚肉ミンチ	20	○
酒	0.5	
豆腐	50	○
しょうが	0.1	△
にんにく	0.1	△
しろねぎ[西谷産]	15	△
綿実油	0.5	□
みそ	3	○
こいくちしょうゆ	1	
砂糖	1	□
塩	0.1	
こしょう	0.01	
ごま油	0.3	□
ごま	0.5	□

エネルギー／蛋白質：564kcal／24.5g

9日・月

献立名：ごはん／ぎゅうにゅう／かしわのすきやき／だいこんサラダ

材料名	使用量(g)	
鶏肉	40	○
酒	0.5	
豆腐	40	○
はくさい	60	△
にんじん	10	△
たまねぎ	25	△
しろねぎ	10	△
えのきたけ	10	△
糸こんにゃく	30	△
ふ	2	□
綿実油	0.5	□
こいくちしょうゆ	6	
砂糖	3	□
本みりん	0.5	
だいこん	50	△
わかめ(乾燥)	0.5	○
かつお節	0.7	○
うすくちしょうゆ	1	
砂糖	0.5	□
酢	2	
綿実油	1	□

エネルギー／蛋白質：529kcal／21.2g

10日・火

献立名：コッペパン／ぎゅうにゅう／◇にらたまスープ／ドライカレー

材料名	使用量(g)	
卵◆	30	○
鶏肉	20	○
酒	0.5	
にんじん	10	△
たまねぎ	20	△
はるさめ	5	□
にら	3	△
うすくちしょうゆ	4	
こいくちしょうゆ	0.2	
塩	0.1	
こしょう	0.01	
でんぷん	1	□
けずり節	2	
水	100	
牛肉ミンチ	40	○
調理ワイン	1	
にんじん	10	△
たまねぎ	25	△
ピーマン	5	△
綿実油	0.5	□
塩	0.2	
こしょう	0.02	
カレー粉	0.4	
トマトピューレ	7	△
ウスターソース	1	
砂糖	0.5	□

エネルギー／蛋白質：585kcal／25.5g

12日・木

献立名：ココアあげパン／ぎゅうにゅう／ふゆやさいのスープ／さばとわかめのあえもの

材料名	使用量(g)	
コッペパン	1個	□
コーン油	10	□
ココア	4	
砂糖	9	□
豚肉	30	○
酒	0.5	
たまねぎ	20	△
にんじん	10	△
はくさい	20	△
えのきたけ	7	△
しゅんぎく	5	△
うすくちしょうゆ	4	
こいくちしょうゆ	0.2	
塩	0.1	
こしょう	0.01	
でんぷん	0.5	□
けずり節	2	
水	110	
わかめ(乾燥)	1	○
さば(オイル漬け)	20	○
だいこん	30	△
酢	2	
砂糖	0.5	□
うすくちしょうゆ	1	
ごま油	0.5	□
すりごま	1	□
ごま	0.5	□

エネルギー／蛋白質：641kcal／23.1g

13日・金

献立名：ごはん／ぎゅうにゅう／なめこじる／さつまいもにくじゃが／こまつなのふりかけ

材料名	使用量(g)	
なめこ	10	△
豆腐	30	○
にんじん	10	△
だいこん	20	△
うす揚げ	4	○
ねぎ	3	△
みそ	11	○
いりこ	3	
水	110	
牛肉	25	○
酒	1	
さつまいも	35	□
たまねぎ	12	△
にんじん	8	△
しろねぎ	7	△
うす揚げ	4	○
綿実油	0.5	□
ごま油	0.5	□
砂糖	1	□
うすくちしょうゆ	3	
本みりん	0.5	
水	20	
しらすぼし	3	○
酒	0.5	
綿実油	0.2	□
かつお節	0.3	○
こまつな	7	△
砂糖	0.5	□
こいくちしょうゆ	1	
ごま	1.5	□

エネルギー／蛋白質：589kcal／20.4g

16日・月

献立名：ごはん／ぎゅうにゅう／◇かきたまじる／さばのチョリム／しろなのにびたし

材料名	使用量(g)	
卵◆	35	○
豆腐	30	○
にんじん	10	△
たまねぎ	20	△
みつば	3	△
うすくちしょうゆ	4	
こいくちしょうゆ	0.2	
塩	0.1	
でんぷん	1	□
だし昆布	0.5	
けずり節	2	
水	100	
さば	1枚	○
しょうが	0.5	△
にんにく	0.5	△
こいくちしょうゆ	3	
砂糖	3	□
コチュジャン	1	
酒	3	
本みりん	1	
水	15	
しろな	25	△
うす揚げ	3	○
うすくちしょうゆ	2	
砂糖	1	□
本みりん	1	
酒	0.5	
だし汁	5	

エネルギー／蛋白質：626kcal／27.4g

17日・火

献立名：コッペパン／ぎゅうにゅう／きのことチンゲンサイのスープ／チリコンカーン／りんごかん

材料名	使用量(g)	
鶏肉	30	○
酒	0.5	
しめじ	7	△
えのきたけ	7	△
チンゲンサイ	10	△
にんじん	10	△
はくさい	20	△
うすくちしょうゆ	4	
こいくちしょうゆ	0.2	
塩	0.1	
こしょう	0.01	
けずり節	2	
水	120	
合いびきミンチ	25	○
調理ワイン	1	
きんときまめ(乾燥)	15	○
たまねぎ	20	△
にんじん	8	△
トマト(水煮)	10	△
にんにく	0.5	△
綿実油	0.5	□
ケチャップ	4	△
ウスターソース	1	
砂糖	1	□
こいくちしょうゆ	1	
塩	0.1	
こしょう	0.01	
オレガノ	0.02	
チリパウダー	0.3	
水	5	
寒天	0.3	○
りんごジュース	30	△
砂糖	4	□
水	27	

エネルギー／蛋白質：568kcal／25.3g

18日・水

献立名：ごはん／ぎゅうにゅう／ポークカレー／わかめあえ

材料名	使用量(g)	
豚肉	35	○
調理ワイン	1	
にんじん	20	△
たまねぎ	50	△
じゃがいも	50	□
しょうが	0.5	△
にんにく	0.2	△
綿実油	0.5	□
カレー粉	0.8	
小麦粉	7	□
バター	2	□
綿実油	5	□
チキンブイヨン	5	
ウスターソース	4.5	
ケチャップ	1.5	△
こいくちしょうゆ	0.4	
砂糖	0.2	□
塩	1	
こしょう	0.01	
水	90	
わかめ(乾燥)	1	○
ツナ(オイル漬け)	15	○
だいこん	30	△
綿実油	0.3	□
酢	2	
うすくちしょうゆ	1	
砂糖	0.5	□
塩	0.1	

エネルギー／蛋白質：646kcal／20.3g

19日・木

献立名：まるがたパン／ぎゅうにゅう／わかめスープ／**きびなごのからあげ**／くりあずき

材料名	使用量(g)	
鶏肉	25	○
酒	0.5	
わかめ(塩蔵)	3.5	○
にんじん	10	△
だいこん	20	△
えのきたけ	8	△
ねぎ	3	△
うすくちしょうゆ	4	
こいくちしょうゆ	0.2	
塩	0.1	
こしょう	0.01	
けずり節	2	
水	120	
きびなご	30	○
酒	1	
塩	0.3	
こしょう	0.03	
でんぷん	3.5	□
コーン油	3.5	□
小豆	12	○
砂糖	7	□
くり(甘露煮)	10	□
塩	0.1	
水	40	

エネルギー／蛋白質：563kcal／24.3g

20日・金

献立名：ごはん／ぎゅうにゅう／◇かきチゲ／やきにく

材料名	使用量(g)	
かき(貝)◆	25	○
豆腐	50	○
白菜キムチ	15	△
にんじん	10	△
たまねぎ	20	△
にら	5	△
もやし	10	△
綿実油	0.5	□
みそ	10	○
こいくちしょうゆ	0.5	
本みりん	1	
ごま油	0.5	□
けずり節	2	
水	80	
牛肉	40	○
酒	0.5	
キャベツ	35	△
綿実油	0.5	□
たまねぎ	0.5	△
にんじん	0.5	△
にんにく	0.2	△
しょうが	0.3	△
みそ	1.2	○
こいくちしょうゆ	2.5	
ウスターソース	1	
本みりん	1	
砂糖	1.2	□
酒	0.5	
ケチャップ	1.2	△

エネルギー／蛋白質：586kcal／22.3g

24日・火

献立名：コッペパン／ぎゅうにゅう／チキンクリームシチュー／なのはなのサラダ

材料名	使用量(g)	
鶏肉	30	○
調理ワイン	1	
にんじん	15	△
たまねぎ	40	△
じゃがいも	50	□
マッシュルーム	5	△
パセリ	0.5	△
綿実油	1	□
小麦粉	5	□
バター	3	□
綿実油	2	□
牛乳	40	○
生クリーム	3	○
塩	0.7	
こしょう	0.03	
チキンブイヨン	5	
水	60	
キャベツ	25	△
ツナ(オイル漬け)	15	○
なのはな	5	△
酢	1	
うすくちしょうゆ	1	
砂糖	0.5	□

エネルギー／蛋白質：598kcal／23.1g

25日・水

献立名：ごはん／ぎゅうにゅう／あじつけのり／にこみうどん／ぶたにくとこまつなのいために

材料名	使用量(g)	
味付けのり	1袋	○
うどん(冷凍)	45	□
鶏肉	20	○
酒	0.5	
うす揚げ	4	○
にんじん	10	△
はくさい	20	△
えのきたけ	7	△
しゅんぎく	5	△
うすくちしょうゆ	4	
こいくちしょうゆ	1	
塩	0.1	
本みりん	0.5	
だし昆布	0.5	
けずり節	2	
水	90	
豚肉	20	○
酒	0.5	
こまつな	20	△
にんじん	15	△
たまねぎ	15	△
しょうが	0.2	△
綿実油	0.5	□
こいくちしょうゆ	1.5	
砂糖	1	□
本みりん	0.5	
塩	0.1	
ごま油	0.5	□
ごま	1	□

エネルギー／蛋白質：556kcal／20.4g

26日・木

献立名：コッペパン／ぎゅうにゅう／ワンタンスープ／さといものあげに／いよかん

材料名	使用量(g)	
ワンタンの皮	7	□
鶏肉	25	○
酒	0.5	
にんじん	10	△
たまねぎ	20	△
干ししいたけ	0.3	△
もやし	10	△
ねぎ	3	△
うすくちしょうゆ	4	
こいくちしょうゆ	0.2	
塩	0.1	
こしょう	0.01	
けずり節	2	
水	120	
さといも	50	□
コーン油	4	□
豚肉ミンチ	20	○
酒	0.5	
しょうが	0.5	△
綿実油	0.5	□
こいくちしょうゆ	3	
砂糖	3	□
本みりん	0.3	
でんぷん	0.5	□
だし汁	10	
いよかん	1/4個	△

エネルギー／蛋白質：592kcal／22.4g

27日・金

献立名：ごはん／ぎゅうにゅう／かすじる／れんこんのきんぴら／しらすふりかけ

材料名	使用量(g)	
さけ	30	○
酒	0.5	
にんじん	10	△
たまねぎ	19	△
ごぼう	10	△
うす揚げ	4	○
つきこんにゃく	10	△
ねぎ	3	△
酒かす	3	□
みそ	8	○
甘みそ	2	○
けずり節	2	
水	110	
鶏肉	20	○
酒	0.5	
れんこん	25	△
にんじん	10	△
糸こんにゃく	15	△
竹輪(煮込み用)	5	○
綿実油	0.5	□
こいくちしょうゆ	3	
砂糖	2	□
本みりん	0.5	
ごま	1.5	□
しらすぼし	5	○
酒	0.2	
綿実油	0.2	□
かつお節	0.5	○
あおのり	0.1	○
こいくちしょうゆ	1	
本みりん	1	
ごま	1	□

エネルギー／蛋白質：565kcal／25.4g

○…あかいろのしょくひん(おもにからだをつくるもとになるしょくひん)　□…きいろのしょくひん(おもにエネルギーのもとになるしょくひん)　△…みどりいろのしょくひん(おもにからだのちょうしをととのえるもとになるしょくひん)　※上記材料は、天候等により急きょ変更する場合があります。　平均栄養摂取量　エネルギー 580kcal　たんぱくしつ 23.4g