2026年2月献立明細表

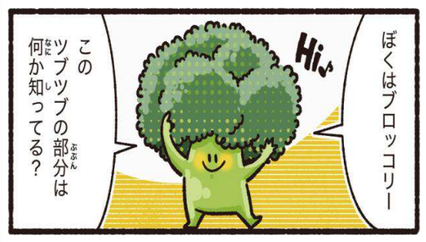
分量は小学校中学年基準値、単位はすべてｇです。

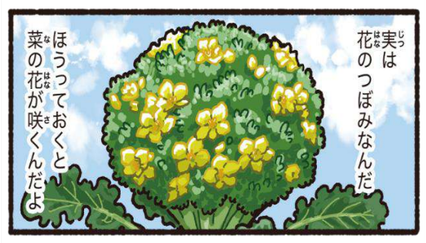
輪之内町学校給食センター

日(曜)	2(月)	3(火)	4(水)	5(木)	6(金)	9(月)	10(火)	12(木)	13(金)	16(月)
献立	大豆入り五目ごはん 牛乳 にしんの竜田揚げ なばなのごま和え ゆばのすまし汁	小型パン 牛乳 焼きフランクフルト 焼きそば フルーツ杏仁	麦ごはん 牛乳 鶏肉の香味焼き カレーきんぴら 大根のみそ汁 いちごゼリー	麦ごはん 牛乳 さわらの野菜あんかけ こまつなのおかか和え 玉ねぎのみそ汁	麦ごはん 牛乳 ミニハンバーグ ビーンズサラダ ポークカレー	麦ごはん 牛乳 ぶりのみりん焼き ﾌﾞﾛｯｺﾘｰの生姜醤油和え 関東煮 納豆	麦ごはん 牛乳 さばの塩焼き こんにゃくのおかか煮 キャベツのみそ汁	一食うどん 牛乳 大豆と小魚のあめがらめ チンゲンサイの梅じそ和え 肉うどんの汁	麦ごはん 牛乳 いかのねぎ塩焼き 切り干し大根の炒め煮 豚汁 チョコプリン	麦ごはん 牛乳 チキン南蛮 一食ノンエッグタルタルソース ブロッコリーのツナ和え じゃがいものみそ汁
献立の材料	精白米（強化米入） 75 こめ油 0.3 鶏もも肉【鶏肉】 10 清酒 1 ごぼう 15 にんじん 12 干ししいたけ 0.5 大豆水煮【大豆】 10 油揚げ【大豆】 3 和風だしの素 0.5 本みりん 1 上白糖 2.5 濃口しょうゆ【小麦大豆】 4.5 牛乳【乳】 206 ﾆｼﾝ竜田揚げ【小麦大豆】 50 大豆油【大豆】 4 なばな 25 りょくとうもやし 25 にんじん 5 ホールコーン 5 本みりん 1 濃口しょうゆ【小麦大豆】 2.5 ごま油【ごま】 0.5 いりごま【ごま】 1 混合だしﾊﾟｯｸ【さば】 3 たまねぎ 15 えのきたけ 5 ちらしかまぼこ（鬼） 8 絹ごし豆腐【大豆】 25 生湯葉【大豆】 2 食塩 0.2 薄口しょうゆ【小麦大豆】 4 ねぎ 5	小型パン【小麦乳】 1個 牛乳【乳】 206 フランクフルト【豚肉】 30 こめ油 0.5 豚もも肉【豚肉】 20 食塩 0.1 白こしょう 0.01 しょうが 0.3 にんにく 0.3 たまねぎ 10 にんじん 10 りょくとうもやし 10 キャベツ 45 蒸し中華めん【小麦】 70 ｽｰﾌﾟストック【大豆鶏豚】 0.3 ウスターソース 7 焼きそばソース 9 けずり節 1 みかんシロップ漬け 20 りんごｼﾛｯﾌﾟ漬け【りんご】 20 黄桃シロップ漬け【もも】 20 杏仁豆乳ゼリー【大豆】 25	精白米（強化米入） 75 麦割　米粒麦 7 牛乳【乳】 206 鶏もも肉【鶏肉】 60 にんにく 0.5 しょうが 0.5 清酒 1 上白糖 0.8 濃口しょうゆ【小麦大豆】 4 ねぎ 2 ごま油【ごま】 0.3 こめ油 0.3 ごぼう 22 にんじん 5 つきこんにゃく 15 はんぺん 8 清酒 0.5 上白糖 1.8 本みりん 0.5 和風だしの素 0.5 濃口しょうゆ【小麦大豆】 2.6 カレー粉 0.1 カレーアロマ 0.1 青ピーマン 5 いりごま【ごま】 1 ごま油【ごま】 0.3 混合だしﾊﾟｯｸ【さば】 3 だいこん 35 えのきたけ 7 油揚げ【大豆】 3 合わせみそ【大豆】 8 乾燥わかめ 0.4 ねぎ 5 いちごゼリー 50	精白米（強化米入） 75 麦割　米粒麦 7 牛乳【乳】 206 さわら 50 清酒 2 しょうが 0.5 食塩 0.1 じゃがいもでん粉 8 大豆油【大豆】 4 こめ油 0.2 たまねぎ 3 青ピーマン 1 にんじん 2 干ししいたけ 0.2 清酒 0.5 本みりん 0.5 上白糖 2.5 和風だしの素 0.1 濃口しょうゆ【小麦大豆】 3 じゃがいもでん粉 0.3 こまつな 30 りょくとうもやし 20 本みりん 0.8 濃口しょうゆ【小麦大豆】 2.2 けずり節 1 混合だしﾊﾟｯｸ【さば】 3 たまねぎ 30 にんじん 5 油揚げ【大豆】 4 合わせみそ【大豆】 8 ねぎ 5	精白米（強化米入） 75 麦割　米粒麦 7 牛乳【乳】 206 ハンバーグ【大豆鶏豚】 40 キャベツ 40 ホールコーン 5 大豆水煮【大豆】 5 むきえだまめ【大豆】 5 カレー粉 0.2 有塩コンソメ 0.1 野菜ﾄﾞﾚｯｼﾝｸﾞ【りんご】 6 こめ油 0.3 にんにく 0.7 しょうが 0.5 豚もも肉【豚肉】 20 食塩 0.3 白こしょう 0.02 たまねぎ 50 にんじん 15 じゃがいも 40 りんご【りんご】 5 ローリエ（粉） 0.06 有塩コンソメ 1 トマトケチャップ 6 ウスターソース 4 こめ油 4.8 薄力粉【小麦】 5.5 カレー粉 0.3 カレーアロマ 0.4 カレーﾌﾚｰｸ【小麦大豆】 4	精白米（強化米入） 75 麦割　米粒麦 7 牛乳【乳】 206 ぶりみりん焼き【小麦大豆】 40 ブロッコリー 30 キャベツ 20 本みりん 1.2 濃口しょうゆ【小麦大豆】 2.5 しょうが 0.2 にんじん 10 だいこん 45 こんにゃく 15 さといも 25 玉はんぺん【大豆】 20 和風だしの素 1.2 昆布液体だし 2.3 上白糖 0.5 本みりん 1 薄口しょうゆ【小麦大豆】 3 濃口しょうゆ【小麦大豆】 2 糸引き納豆【大豆小麦】 30	精白米（強化米入） 75 麦割　米粒麦 7 牛乳【乳】 206 さば切り身【さば】 50 清酒 1 昆布液体だし 1 食塩 0.2 こめ油 0.5 豚バラ肉【豚肉】 10 清酒 1 ごぼう 10 こんにゃく 35 上白糖 1.2 本みりん 1 和風だしの素 0.3 濃口しょうゆ【小麦大豆】 2.5 青ピーマン 5 けずり節 1 混合だしﾊﾟｯｸ【さば】 3 たまねぎ 15 油揚げ【大豆】 4 キャベツ 30 合わせみそ【大豆】 8 乾燥わかめ 0.2 ねぎ 7	一食用うどん【小麦】 1袋 牛乳【乳】 206 大豆水煮【大豆】 25 じゃがいもでん粉 2 味付け小魚 3 さつまいも 25 大豆油【大豆】 3 清酒 1 上白糖 1.8 濃口しょうゆ【小麦大豆】 1.2 本みりん 1 チンゲンサイ 30 りょくとうもやし 20 きゅうり 5 本みりん 0.5 濃口しょうゆ【小麦大豆】 1.5 カリカリ梅 0.3 赤しそ粉 0.15 すりごま【ごま】 1 こめ油 0.3 しょうが 0.5 濃口しょうゆ【小麦大豆】 2.1 豚もも肉【豚肉】 30 清酒 1 中ざら糖 0.5 濃口しょうゆ【小麦大豆】 1 油揚げ【大豆】 2 混合だしﾊﾟｯｸ【さば】 3 たまねぎ 30 にんじん 10 干ししいたけ 0.5 本みりん 1.1 濃口しょうゆ【小麦大豆】 5 食塩 0.1 ねぎ 5	精白米（強化米入） 75 麦割　米粒麦 7 牛乳【乳】 206 いか【いか】 50 清酒 1 しょうが 0.4 にんにく 0.4 白こしょう 0.03 ねぎ 3 上白糖 1 白しょうゆ【小麦大豆】 1.8 ごま油【ごま】 0.4 こめ油 0.5 にんじん 5 切干しだいこん 5 干ししいたけ 1 はんぺん 10 清酒 1 中ざら糖 1.3 本みりん 1 和風だしの素 0.3 濃口しょうゆ【小麦大豆】 2.1 さやいんげん 5 混合だしﾊﾟｯｸ【さば】 3 豚もも肉【豚肉】 15 ごぼう 10 にんじん 8 さといも 15 油揚げ【大豆】 3 はくさい 20 豆みそ【大豆】 8 ねぎ 5 チョコプリン 30	精白米（強化米入） 75 麦割　米粒麦 7 牛乳【乳】 206 鶏もも肉【鶏肉】 50 しょうが 1 食塩 0.2 白こしょう 0.02 清酒 2 じゃがいもでん粉 10 大豆油【大豆】 4 三温糖 6 濃口しょうゆ【小麦大豆】 4 米酢 4 じゃがいもでん粉 0.3 ﾉﾝｴｯｸﾞﾀﾙﾀﾙｿｰｽ【大豆】 8 ブロッコリー 30 キャベツ 20 本みりん 0.5 しょうが 0.2 上白糖 1 濃口しょうゆ【小麦大豆】 2.2 ﾏｸﾞﾛ水煮ﾌﾚｰｸ 3.5 混合だしﾊﾟｯｸ【さば】 3 たまねぎ 15 じゃがいも 30 油揚げ【大豆】 3 合わせみそ【大豆】 8 ねぎ 5
小 エ	674 kcal	612 kcal	610 kcal	640 kcal	685 kcal	634 kcal	629 kcal	625 kcal	629 kcal	662 kcal
小 塩	2.7 g	2.9 g	2.7 g	2.0 g	1.9 g	2.6 g	2.1 g	2.0 g	2.2 g	2.5 g
中 エ	785 kcal	757 kcal	695 kcal	739 kcal	812 kcal	726 kcal	726 kcal	733 kcal	716 kcal	765 kcal
中 塩	3.0 g	3.6 g	3.1 g	2.4 g	2.3 g	3.0 g	2.4 g	2.4 g	2.4 g	2.9 g

日(曜)	17(火)	18(水)	19(木)	20(金)	24(火)	25(水)	26(木)	27(金)
献立	米粉食パン キャラメルクリーム 牛乳 ホキのｶﾞｰﾘｯｸﾏﾖﾈｰｽﾞ焼き ごぼうサラダ ABCスープ	麦ごはん 牛乳 揚げギョウザ チンジャオロースー 春雨スープ りんご	麦ごはん 牛乳 さけの揖斐みそ焼き 豚バラ大根 なばなのすまし汁	麦ごはん 牛乳 豚肉のあんからめ キャベツの磯和え 五目野菜汁 みかんゼリー	きなこ揚げパン 牛乳 ミートボールシチュー キャベツとコーンのソテー	キムたくごはん 牛乳 ポークシューマイ 豆もやしのナムル コーンたまごスープ ソーダフロート風ゼリー	ソフト麺 牛乳 根菜チップス こんにゃくサラダ 一食甘橘ドレッシング ミートソース	麦ごはん 牛乳 厚焼き玉子 即席漬け 野菜たっぷり豚みそ丼の具
献立の材料	米粉食パン【小麦乳】 2枚 キャラメルｸﾘｰﾑ【乳】 15 牛乳【乳】 206 ホキ 50 食塩 0.1 白こしょう 0.02 白ワイン 1 ﾉﾝｴｯｸﾞﾏヨネーズ【大豆】 13 にんにく 0.2 上白糖 0.5 パセリ(乾) 0.1 ごぼう 25 にんじん 5 きゅうり 10 ホールコーン 5 薄口しょうゆ【小麦大豆】 3.5 上白糖 2 米酢 1.5 こめ油 1 すりごま【ごま】 1 ベーコン【豚肉】 8 白ワイン 1 たまねぎ 18 にんじん 8 キャベツ 25 鶏だしの素【鶏肉】 0.3 有塩コンソメ 1.2 ｱﾙﾌｧﾍﾞｯﾄﾏｶﾛﾆ【小麦】 5 食塩 0.1 白こしょう 0.01 薄口しょうゆ【小麦大豆】 1	精白米（強化米入） 75 麦割　米粒麦 7 牛乳【乳】 206 ｷﾞｮｳｻﾞ【小麦大豆豚】 36 大豆油【大豆】 3 こめ油 0.3 しょうが 0.3 豚もも肉【豚肉】 30 清酒 0.5 濃口しょうゆ【小麦大豆】 1 にんじん 8 ゆでたけのこ 8 青ピーマン 15 上白糖 0.7 中華だし【大豆小麦鶏ごま】 0.2 濃口しょうゆ【小麦大豆】 1.2 オイスターソース 1.2 じゃがいもでん粉 0.7 ロースハム【豚肉】 10 清酒 1 にんじん 10 りょくとうもやし 15 緑豆はるさめ(乾) 4 中華だし【大豆小麦鶏ごま】 1.2 食塩 0.15 白こしょう 0.01 濃口しょうゆ【小麦大豆】 3.5 チンゲンサイ 15 りんご【りんご】 40	精白米（強化米入） 75 麦割　米粒麦 7 牛乳【乳】 206 さけ揖斐みそ漬け 50 【鮭大豆】 豚バラ肉【豚肉】 25 清酒 2 だいこん 55 中ざら糖 1.5 本みりん 1.5 和風だしの素 0.3 濃口しょうゆ【小麦大豆】 3 米酢 1 さやいんげん 3 混合だしﾊﾟｯｸ【さば】 3 たまねぎ 15 えのきたけ 7 白かまぼこ 10 食塩 0.2 薄口しょうゆ【小麦大豆】 4 なばな 15	精白米（強化米入） 75 麦割　米粒麦 7 牛乳【乳】 206 豚もも肉【豚肉】 52 清酒 2 しょうが 0.7 じゃがいもでん粉 8.5 大豆油【大豆】 4 ウスターソース 2.6 中華だし【大豆小麦鶏ごま 0.4 上白糖 2.2 濃口しょうゆ【小麦大豆】 0.3 水 0.7 じゃがいもでん粉 0.4 キャベツ 30 りょくとうもやし 20 上白糖 1.5 濃口しょうゆ【小麦大豆】 2.5 角きざみのり 0.3 混合だしﾊﾟｯｸ【さば】 3 だいこん 23 にんじん 8 ゆでたけのこ 10 ぶなしめじ 8 清酒 1 油揚げ【大豆】 3 食塩 0.2 薄口しょうゆ【小麦大豆】 3.5 ねぎ 8 みかんゼリー 60	コッペパン【小麦乳】 1個 大豆油【大豆】 5 きな粉【大豆】 3 上白糖 8 食塩 0.05 牛乳【乳】 206 こめ油 0.4 にんにく 0.2 たまねぎ 40 にんじん 8 じゃがいも 30 ﾐｰﾄﾎﾞｰﾙ【豚肉鶏肉】 30 マッシュルーム水煮 7 ローリエ（粉） 0.07 ｽｰﾌﾟストック【大豆鶏豚】 1.2 赤ワイン 2 中ざら糖 0.5 トマト水煮 10 トマトケチャップ 8 ウスターソース 1 ﾃﾞﾐｸﾞﾗｽｿｰｽ 8 【小麦鶏肉】 ハヤシﾌﾚｰｸ 8 【小麦大豆豚】 食塩 0.1 白こしょう 0.01 こめ油 0.3 ベーコン【豚肉】 8 にんにく 0.2 キャベツ 55 ホールコーン 7 有塩コンソメ 0.3 食塩 0.15 白こしょう 0.1	精白米（強化米入） 75 こめ油 0.5 にんにく 0.5 豚もも肉【豚肉】 20 清酒 1 食塩 0.04 ねぎ 6 にんじん 6 千切りだいこん漬け 6 白菜キムチ【大豆】 10 中華だし【大豆小麦鶏ごま】 0.3 上白糖 0.5 濃口しょうゆ【小麦大豆】 1.8 牛乳【乳】 206 ﾎﾟｰｸｼｭｰﾏｲ 36 【小麦豚肉】 大豆もやし【大豆】 30 こまつな 20 ホールコーン 5 にんにく 0.1 上白糖 0.2 鶏だしの素【鶏肉】 0.1 濃口しょうゆ【小麦大豆】 2.5 ごま油【ごま】 0.3 たまねぎ 30 コーンペースト 15 ホールコーン 10 中華だし【大豆小麦鶏ごま】 1.5 食塩 0.2 白こしょう 0.01 濃口しょうゆ【小麦大豆】 1.5 じゃがいもでん粉 1.5 鶏卵【卵】 20 ねぎ 3 ｿｰﾀﾞﾌﾛｰﾄ風ｾﾞﾘｰ 40 【大豆ｾﾞﾗﾁﾝ】	ソフト麺【小麦】 1袋 牛乳【乳】 206 れんこん 20 さつまいも 20 食塩 0.12 大豆油【大豆】 4 カットわかめ(乾) 0.4 サラダ用こんにゃく 15 キャベツ 20 きゅうり 8 ホールコーン 8 柑橘ﾄﾞﾚｯｼﾝｸﾞ 8 【小麦大豆りんごオレンジ】 こめ油 0.5 にんにく 0.6 豚ひき肉【豚肉】 25 赤ワイン 2 食塩 0.3 白こしょう 0.02 たまねぎ 80 にんじん 25 マッシュルーム水煮 6 トマト水煮 18 トマトピューレー 25 上白糖 1.5 ｽｰﾌﾟストック【大豆鶏豚】 1.2 トマトケチャップ 25 ウスターソース 3.5 こめ油 3.6 薄力粉【小麦】 4.3	精白米（強化米入） 75 麦割　米粒麦 7 牛乳【乳】 206 厚焼き玉子【小麦卵大豆】 50 キャベツ 20 こまつな 15 つぼ漬け 5 薄口しょうゆ【小麦大豆】 0.4 いりごま【ごま】 1 こめ油 0.3 豚肩ロース肉【豚肉】 50 清酒 2 ごぼう 10 れんこん 8 にんじん 5 たまねぎ 60 青ピーマン 8 赤ピーマン 10 上白糖 2 本みりん 2 豆みそ【大豆】 6 濃口しょうゆ【小麦大豆】 2 むきえだまめ【大豆】 10
小 エ	632 kcal	650 kcal	632 kcal	667 kcal	655 kcal	658 kcal	703 kcal	682 kcal
小 塩	3.3 g	2.4 g	2.2 g	1.8 g	3.5 g	3.1 g	2.6 g	2.1 g
中 エ	750 kcal	774 kcal	733 kcal	762 kcal	800 kcal	771 kcal	881 kcal	790 kcal
中 塩	3.9 g	3.1 g	2.4 g	2.1 g	4.4 g	3.6 g	2.9 g	2.2 g

ブロッコリーのヒミツ





寒さ厳しい季節、
旬の野菜でのりきりましょう。

この食材表は、アレルギーや病気などで、食べてはいけない食品があるとき、あるいは朝・夕の食事と重ならないようにするときなどにご利用ください。
※献立は、気候・学校行事等により、やむを得ず変更することがございます。
※1食当たりのエネルギー、塩分量を記載しております。小学校のエネルギー、塩分量は、小学校中学年を基準にしたものです。
※アレルギー物資については、食品表示基準に基づき、28品目のみを記載しています。
　特定原材料：えび・かに・くるみ・小麦・そば・卵・乳・落花生（ピーナッツ）
　特定原材料に準ずるもの：アーモンド・あわび・いか・いくら・オレンジ・カシューナッツ・キウイフルーツ・牛肉・ごま・さけ・さば・大豆・鶏肉・バナナ・豚肉・マカダミアナッツ・もも・やまいも・りんご・ゼラチン
※加工食品の原材料詳細表は各学校にお知らせしています。必要な方は、学校にお問い合わせください。またその他のお問い合わせ等は、学校を通じて、給食センターまでご連絡ください。
※給食センターで揚げ物用に使用している大豆油は、数回繰り返し使用しています。
※丸ごと食べる魚（ししゃも、きびなご、わかさぎ、いわし等）については、魚卵を含んでいることがあります。
※サラダは、1食用ドレッシングを別付けするものと調理工程でドレッシングで調味して配食するものがあります。1食用のドレッシングを別付けする場合は、給食だより（表面）の献立名、イラストで記載します。
　ほかの個包装食品（ジャム、ノンエッグマヨネーズ、タルタルソース、ふりかけ等）も同じく献立名、イラストで記載します。

【給食費は、食材費の高騰による負担軽減を図るため、国の「物価高騰対応重点支援地方創生臨時交付金/重点支援地方交付金」を活用しています。】