

令和8年 2月 給食だより



加茂市学校町共同調理場

月	火	水	木	金
2 ごはん 豚キムチ炒め丼の具 かき玉わかめスープ いちごクレープ 牛乳	3 節分こんだて ごはん いわしのかば焼き ブロッコリーのごまあえ 呉汁 牛乳 黒糖福豆	4 ソフトめん ミートソース 海藻サラダ ミニフィッシュ 牛乳	5 ごはん ハンバーグオニオンソース おかかきんぴら みそけんちん汁 牛乳	6 ココアパン ミラノ風チキンカツ カラフルサラダ ラビオリスープ 牛乳
776 kcal 31.8 g 24.9 g 2.9 g	803 kcal 35.4 g 26.6 g 2.2 g	825 kcal 38.1 g 22.7 g 3.2 g	767 kcal 30.3 g 22.2 g 2.6 g	799 kcal 36.9 g 27.2 g 3.4 g
米 油 砂糖 片栗粉	米 油 砂糖 ごま油 里芋	ソフトめん 油 ハシリ小麦粉 ごま 砂糖	米 砂糖 片栗粉 油 里芋	ココア 砂糖 油 じゃが芋 パン粉 塩
牛乳 豚肉 なた豆 豆腐 卵 わかめ 豆乳	牛乳 いわし 鶏肉 豚肉 厚揚げ 大豆ペースト 豆乳 みそ	牛乳 豚肉 大豆 ミートソース わかめ 昆布 のり いわし	牛乳 さつま揚げ かつお節 鶏肉 厚揚げ みそ	牛乳 鶏肉
生姜 にんにく 人参 玉ねぎ 白菜 たら きのこ ねぎ	生姜 もやし 人参 ブロッコリー ごぼう 大根 玉ねぎ	マッシュルーム にんにく 生姜 玉ねぎ たら もやし 人参 トマト パセリ きゅうり キャベツ コーン	玉ねぎ ごぼう 人参 いんげん 大根 ねぎ	キャベツ きゅうり 人参 パセリ コーン しめじ 玉ねぎ 白菜
9 米粉入りナン キーマカレー チーズオムレツ アーモンドサラダ 牛乳	10 ごはん 春巻き 磯香あえ 豆腐の中華煮 牛乳	11 建国記念の日	12 ごはん さばのみそ煮 小松菜のおかかマヨ 沢煮椀 牛乳	13 食パン ブルーベリージャム たまごウィンナーロール ブロッコリーとツナのサラダ 白菜とマカロニのシチュー 牛乳
804 kcal 32.7 g 34.6 g 4.8 g	767 kcal 28.6 g 25.9 g 2.3 g		736 kcal 32.7 g 22.7 g 2.8 g	825 kcal 33.1 g 28.0 g 4.0 g
米粉入りナン じゃが芋 カレー ハシリ アーモンド 砂糖 油	米 砂糖 油 片栗粉		米 油 春雨	パン プルーベリージャム 油 砂糖 マカロニ じゃが芋 かつお節
牛乳 豚肉 大豆 パセリ 卵 ツ	牛乳 のり 豚肉 豆腐		牛乳 かつお節 豚肉	牛乳 卵 ウィナー 鶏肉 パセリ
にんにく 生姜 玉ねぎ 人参 りんご トマト キャベツ きゅうり	玉ねぎ キャベツ 人参 椎茸 生姜 ほうれん草 もやし にんにく ママ きくらげ 白菜 ねぎ ちんげん菜		小松菜 キャベツ 人参 たけのこ ごぼう えのき ぎんぎん	ブロッコリー 大根 きゅうり コーン しめじ 玉ねぎ 白菜 人参
16 ごはん 鮭の焼き漬け ひじきと大豆の炒め煮 肉じゃが 牛乳 みかんゼリー	17 ごはん 鶏肉のから揚げ チーズポテトサラダ 豆腐のすまし汁 牛乳	18 うどん かしわ汁 信田煮 ブロッコリーのおひたし 牛乳	19 ごはん 県産ぶりの照り煮 ごぼうサラダ じゃが芋のそぼろあんかけ 牛乳	20 チョコチップパン 照り焼きチキン ミックスビーンズサラダ もずくと卵のスープ 牛乳
731 kcal 36.5 g 16.1 g 2.5 g	788 kcal 27.4 g 31.7 g 2.7 g	788 kcal 36.6 g 21.4 g 3.7 g	867 kcal 35.8 g 32.4 g 2.0 g	740 kcal 34.8 g 29.2 g 3.4 g
米 油 砂糖 じゃが芋	米 油 じゃが芋 砂糖	大麦めん 砂糖	米 ごま油 砂糖 じゃが芋 片栗粉	チョコチップ パン 砂糖 油
牛乳 銀鮭 さつま揚げ 大豆 ひじき 豚肉	牛乳 鶏肉 豆腐 わかめ	牛乳 鶏肉 なた豆 油揚げ わかめ かつお節	牛乳 ぶり 鶏肉 厚揚げ	牛乳 鶏肉 卵 ひよこ豆 えんどう豆 いんげん豆 大豆 パセリ 豆腐 卵 もずく
人参 椎茸 玉ねぎ いんげん みかん しらす	きゅうり 人参 コーン えのき しめじ 椎茸 ねぎ	えのき 玉ねぎ 人参 ねぎ ブロッコリー キャベツ	ごぼう きゅうり コーン 人参 生姜 玉ねぎ 椎茸 枝豆	キャベツ きゅうり コーン しめじ 舞茸 ひらたけ えのき ねぎ なめこ 玉ねぎ 人参
23 天皇誕生日	24 ごはん ヤンニョムチキン もやしのナムル わかめと豆腐のみそ汁 牛乳	25 中華めん みそラーメンスープ じゃがチーズ いちごタルト 牛乳	26 ごはん ポークカレー 福神漬け和え ガトーショコラ 牛乳	27 きなこ揚げパン ささみとわかめのサラダ ポトフ プルーンヨーグルト 牛乳
	775 kcal 29.7 g 28.8 g 3.1 g	868 kcal 36.2 g 25.7 g 3.1 g	820 kcal 27.5 g 24.4 g 2.9 g	784 kcal 33.1 g 29.0 g 3.7 g
	米 油 砂糖 ごま じゃが芋	中華めん 油 じゃが芋 いちごタルト	米 じゃが芋 油 カレー ハシリ ごま 豆乳 カトシヨコラ	パン 油 砂糖 ごま じゃが芋
	牛乳 油揚げ 豆腐 わかめ みそ	牛乳 豚肉 みそ ウィナー チーズ	牛乳 豚肉 脱脂粉乳	牛乳 きなこ 鶏肉 わかめ ウィナー
	にんにく 生姜 トマト 人参 大根 もやし きゅうり ねぎ	きくらげ 生姜 玉ねぎ ママ キャベツ コーン 人参 たら ねぎ パセリ	にんにく 生姜 玉ねぎ 人参 りんご トマト キャベツ きゅうり 大根 なす すいか れんこん	きゅうり キャベツ コーン 人参 玉ねぎ 大根 しめじ ブロッコリー

中3が卒業前に食べたい!希望献立ランキング

主食の部

- 1位 きなこ揚げパン
- 2位 みそラーメン
- 3位 しょうゆラーメン

主菜の部

- 1位 鶏のから揚げ
- 2位 ヤンニョムチキン
- 3位 鶏肉のレモンあえ

副菜の部

- 1位 じゃがチーズ
- 2位 海藻サラダ
- 3位 チーズポテトサラダ

汁物の部

- 1位 豚汁
- 2位 沢煮椀
- 3位 肉じゃが

デザート部

- 1位 ガトーショコラ
- 2位 いちごタルト
- 3位 いちごクレープ

2月と3/2の給食で出す
予定です。お楽しみに!



主食
主菜
副菜

汁物(副菜)
飲み物 その他

エネルギー たんぱく質
脂質 食塩相当量

黄色の食品

熱や力のもとになるもの

赤色の食品

体をつくるもの

緑色の食品

体の調子を整えるもの

※都合により献立が変更になる場合があります。ご了承ください。