



2月献立予定表



2026年

※予定献立表は、おもな材料のみ記載されています。 食物アレルギーの原因食品の確認は、必ず食物アレルギー対応の詳細献立表で、ご確認をお願いいたします。

中学校
神崎町給食センター

日	曜 日	献 立 名			主 な 材 料 と そ の 働 き						栄 養 価
		主 食	牛乳	お か ず	【赤】 主に体の組織をつくる		【緑】 主に体の調子を整える		【黄】 主にエネルギーとなる		エネルギー(kcal)
					1群	2群	3群	4群	5群	6群	たんぱく質(g)
2	月	ごはん	○	豚キムチ丼 わかめサラダ アセロラミルク	豚肉 厚揚げ	牛乳 わかめ	パプリカ にら 人参	白菜 にんにく もやし えのき 玉ねぎ きゅうり	米 ゼリー 砂糖	サラダ油 ごま ごま油 ドレッシング	753
											26.8
☆節分給食☆											20.7
3	火	ごはん	○	いわしの梅煮 のりマヨしょうゆ和え 根菜のみそ汁 メープルビーンズ	いわし 大豆 ツナ 厚揚げ かまぼこ みそ かつお節	牛乳 のり こんぶ	ほうれん草 人参	キャベツ れんこん 大根 ごぼう 長ねぎ 梅	米 里芋	卵なしマヨネーズ	753
											33.3
☆立春給食☆											21.8
4	水	☆ごはん	○	豚肉の香味焼き 菜の花のツナごま和え 春野菜のみそ汁	豚肉 油揚げ かつお節 みそ ツナ	牛乳 こんぶ	菜の花 人参	にんにく しょうが 白菜 コーン キャベツ 玉ねぎ	米 砂糖 じゃが芋	ごま	790
											33.8
5	木	食パン (チョコパテ)	○	ジャーマンポテト 鶏肉のトマト煮こみ 食べ比べりんご	ベーコン チキンハム 鶏肉 大豆	牛乳	パセリ 人参 ブロッコリー	玉ねぎ にんにく 枝豆 りんご	パン チョコパテ じゃが芋	バター オリーブオイル	26.6
											2.8
6	金	☆ごはん (千葉県産大豆 の納豆)	○	焼き肉サラダ おでん	豚肉 かつお節 牛乳 がんもどき 納豆 こんぶ うすらの卵 ちくわ さつま揚げ		人参	にんにく しょうが きゅうり もやし コーン 大根 こんにゃく	米 砂糖 里芋	サラダ油 ごま ごま油	780
											36.9
9	月	ごはん	○	焼きぎょうざ(3こ) マーボーもやし ニラ玉中華スープ 白ごまプリン	豚肉 卵 みそ 鶏肉 なると	牛乳	ピーマン 人参 にら	にんにく 玉ねぎ だけのこ 白菜 干しいたけ もやし 長ねぎ キャベツ	米 澱粉 ぎょうざの皮 砂糖 ごま プリン	サラダ油 ごま油 ごま	23.2
											2.3
10	火	ごはん	○	イカメンチカツ れんこんのさんぴら ポテ豚汁	いか 豚肉 かつお節 みそ	牛乳 こんぶ	人参 ほうれん草	れんこん こんにゃく 大根 長ねぎ キャベツ	米 砂糖 パン粉 じゃが芋 小麦粉	大豆油 サラダ油 ごま	781
											26.0
12	木	食パン (りんごジャム)	○	豆乳クロック 白菜のツナマヨサラダ ABCマカロニのミネストローネ	ツナ 大豆 豆乳 ベーコン いんげん豆	牛乳	トマト 人参	白菜 きゅうり 玉ねぎ セロリー キャベツ にんにく	パン 砂糖 ジャム パン粉 マカロニ 小麦粉	大豆油 卵なしマヨネーズ オリーブオイル	22.0
											2.7
☆神崎おいしいもの給食☆											
13	金	☆ごはん	○	鶏肉のねぎ塩焼き 磯和え 白玉汁 たまごプリン	鶏肉 なると 油揚げ 卵 かつお節	牛乳 こんぶ のり	ほうれん草 人参 小松菜	長ねぎ えのき 玉ねぎ 干しいたけ	米 砂糖 白玉 プリン	ごま油 サラダ油	903
											39.4
16	月	ごはん	○	タラのガーリックたつた揚げ 肉じゃが ブロッコリーのアーモンド和え	豚肉 たら かつお節	牛乳	人参 ブロッコリー ほうれん草	玉ねぎ しらたき 枝豆	米 澱粉 じゃが芋 砂糖	大豆油 サラダ油 アーモンド	29.4
											2.8
17	火	ごはん	○	ハンバーグ甘酒ケチャップソース れんこんのこがししょうゆソテー チキンハムのコンソメスープ	鶏肉 豚肉 チキンハム	牛乳	トマト 人参	玉ねぎ にんにく キャベツ れんこん コーン 白菜	米 甘酒 砂糖	サラダ油	775
											29.3
18	水	☆ごはん	○	紫芋もち 大根とさつま揚げの炒め煮 ナムル	豚肉 さつま揚げ 厚揚げ	牛乳	ほうれん草 人参	れんこん にんにく しょうが 枝豆 大根 もやし	米 紫芋もち 砂糖	ごま油 ごま	20.7
											1.8
19	木	コッペパン	○	オムレツきのこソース イタリアンサラダ さつま芋の米粉クリームシチュー	たまご チキンハム 白いんげん豆	牛乳 スキムミルク	パプリカ ブロッコリー 人参	えのき コーン マッシュルーム キャベツ 玉ねぎ	パン 砂糖 さつま芋 米粉	ドレッシング バター 生クリーム	776
											27.5
20	金	☆ごはん	○	鶏肉のレモンソース ほうれん草ともやしのおかか和え キャベツのみそ汁	鶏肉 かつお節 みそ 油揚げ	牛乳 こんぶ	ほうれん草 人参	もやし レモン 大根 キャベツ 玉ねぎ	米 澱粉 砂糖	大豆油 ごま油	26.1
											3.2
24	火	ごはん	○	豚丼 ごまドレサラダ お魚アーモンド	豚肉	牛乳 ひじき かたくちいわし	人参 ブロッコリー	しらたき 玉ねぎ えのき もやし きゅうり	米 砂糖	ドレッシング ごま サラダ油 アーモンド	835
											33.4
25	水	☆ごはん (野菜ふりかけ)	○	さばのみそ煮 ちくわの和えもの 沢煮碗	さば みそ 豚肉 ちくわ かつお節	牛乳 わかめ こんぶ	小松菜 人参	白菜 きゅうり 長ねぎ 干しいたけ ごぼう たけのこ	米	ドレッシング	767
											36.7
26	木	中華めん	○	みそラーメンの汁 ほうれん草まんじゅう スイートポテトサラダ	豚肉 チキンハム みそ	牛乳	ほうれん草 人参	もやし キャベツ 玉ねぎ コーン 長ねぎ きゅうり にんにく	中華めん さつま芋 砂糖 小麦粉 じゃが芋	サラダ油 ごま油 卵なしマヨネーズ	23.8
											3.2
27	金	☆ごはん	○	チキンカレー 大根とハムのサラダ 元気ヨーグルト	鶏肉 ハム 白いんげん豆	牛乳 ヨーグルト	人参 大根 玉ねぎ もやし にんにく 枝豆 りんご		米 じゃが芋	サラダ油 ドレッシング カレールウ	839
											27.8
※都合により献立や材料を変更することがあります。ご了承ください。 裏面もご覧ください。									学校給食 摂取基準	エネルギー たんぱく質 脂質 食塩相当量	830kcal 27.0～41.5 g 18.4～27.7 g 2.5g未満
給食のご飯について ○ 月曜日・火曜日：神崎町産のコシヒカリ ○ 水曜日・金曜日：神崎町産の特別栽培米のコシヒカリ											

- 給食のご飯について
- 月曜日・火曜日：神崎町産のコシヒカリ
 - 水曜日・金曜日：神崎町産の特別栽培米のコシヒカリ

特別栽培米の日は、「☆ごはん」のマークがついています。特別栽培米とは、農薬や化学肥料を使わないで育てたお米です。給食のごはんは、神崎町の農家さんが手間をかけて、心をこめて作られたお米です。感謝の気持ちを込めていただきましょう！