

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	
		【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			
		1群	2群	3群	4群	5群	6群		
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 牛乳 厚揚げ わかめ	白菜 にんにく にら 人参	パプリカ 牛乳 わさび 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 20.7 2.8	
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 メープルピーンズ	いわし 大豆 ツナ 厚揚げ のり かまぼこ みそ こんぶ かつお節	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 21.8 2.6	
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 牛乳 油揚げ かつお節 みそ ツナ	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	ごま じゃが芋	790 33.8 26.6 2.8	
5 木	食パン (チョコパテ)	○ ジャーマンポテト 鶏肉のトマト煮込み 食べ比べりんご	ベーコン チキンハム 鶏肉 大豆	人参	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	819 33.6 26.8 3.1	
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 かづお節 牛乳 がんもどき 納豆 こんぶ うずらの卵 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 23.2 2.3	
9 月	ごはん	○ 焼きぎょうざ(3c) マー婆ーもやし ニラ玉中華スープ 白ごまプリン	豚肉 卵 みそ 鶏肉 なると	ピーマン 人参 にら	にんにく 玉ねぎ たけのこ 白菜 干しいたけ もやし 長ねぎ キャベツ	米 澱粉 砂糖	サラダ油 ごま油 ごま	756 26.9 22.0 2.7	
10 火	ごはん	○ イカメンチカツ れんこんのきんぴら ポテ豚汁	いか 豚肉 かづお節 みそ	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	大豆油 サラダ油 ごま	781 26.0 22.0 2.7	
12 木	食パン (りんごジャム)	○ 豆乳コロッケ 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	トマト 人参	白菜 きゅうり 玉ねぎ セロリー キャベツ	パン 砂糖 ジャム 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	791 27.5 30.8 3.3	
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 かづお節	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 29.4 2.8	
16 月	ごはん	○ タラのガーリックたつ揚げ 肉じゃが プロッコリーのアーモンド和え	豚肉 たら かづお節	人参 プロッコリー ほうれん草	玉ねぎ しらたき 枝豆	米 澱粉 砂糖	大豆油 サラダ油 アーモンド	775 29.3 20.7 1.8	
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	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	756 30.4 22.9 2.5	
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	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	795 26.3 23.6 1.9	
19 木	コッペパン	○ オムレツきのごソース 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	パプリカ プロッコリー 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 26.1 3.2	
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 かづお節 みそ 油揚げ	ほうれん草 人参	もやし 大根 キャベツ 玉ねぎ	米 澱粉 砂糖	大豆油 ごま油	762 31.1 23.5 2.4	
24 火	ごはん	○ 豚丼 ごまドレサラダ お魚アーモンド	豚肉 ひじき かたくちいわし	人参 プロッコリー	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 29.0 2.3	
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 沢煮椀	さば みそ 豚肉 ちくわ かづお節	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 23.8 3.2	
26 木	中華めん	○ みそラーメンの汁  ほうれん草まんじゅう スイートボテトサラダ	豚肉 チキンハム みそ	ほうれん草 人参	もやし 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	780 32.3 23.0 2.6	
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	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 22.7 2.4	

※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。

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！

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 27.0~41.5g 18.4~27.7g 2.5g未満
--------------	-------------------------------	---