



2月給食献立表

弥富北中学校3年生が、給食のリクエストをくれました。
た。献立名に★がついているものが、リクエスト献立です。

令和8年 給食回数 全18回

弥富北中学校

	献立名	主に体の組織をつくるもの(赤色)	主にからだの調子を 整えるもの(緑色)	主にエネルギーに なるもの(黄色)	備考
2月	麦ごはん 牛乳 チキンカレー ハンバーグ 福神和え	牛乳 鶏肉 ハンバーグ(鶏肉 豚肉)	玉ねぎ にんにく グリンピース にんにく しょうが ハンバーグ(玉ねぎ) 福神漬 キャベツ	麦ごはん じゃがいも 油 カレールウ	
3火	ごはん 牛乳 いわしのかば焼き まめまめサラダ 鬼のすまし汁	牛乳 いわし 大豆 ひよこ豆 豆腐 かまぼこ	しょうが 枝豆 きゅうり 大根 ごぼう にんにく ねぎ 干しいたけ	ごはん 油 砂糖 片栗粉 砂糖 ノンエッグマヨネーズ	節分献立 お魚チャレンジ 「いわし」
4水	ごはん 牛乳 たらしょうゆ焼 五目煮豆 じゃがいも団子のみそ汁	牛乳 たら 大豆 油揚げ 豆腐 豆みそ 白みそ	れんこん ごぼう にんにく こんにゃく さや いんげん 大根 玉ねぎ えのきたけ ねぎ	ごはん 油 砂糖 じゃがいも団子	
5木	スライスパン 牛乳 スラッピージョー 野菜のコンソメ煮 大豆チョコクリーム	牛乳 豚肉 挽き割り大豆 チキンウインナー	玉ねぎ ピーマン にんにく 玉ねぎ キャベツ	スライスパン 油 砂糖 パン粉 じゃがいも 大豆チョコクリーム	
6金	白玉うどん 牛乳 じゃじゃ麺(肉みそ・もやしきゅうり) 春巻き ★おかしな目玉焼き	牛乳 豚肉 白みそ 豆みそ 春巻き(豚肉) 牛乳	玉ねぎ たけのこ にんにく ねぎ にんにく しょうが きゅうり もやし 春巻き(キャベツ もやし) もも	白玉うどん ごま油 砂糖 片栗粉 油 ゼリーのもと 砂糖	
9月	ごはん 牛乳 鶏肉のバジルレモン焼き 菜の花の和え物 白みそ汁	牛乳 鶏肉 かつお節 豆腐 油揚げ 白みそ	にんにく レモン バジル なばな キャベツ 玉ねぎ えのきたけ 白菜 ねぎ	ごはん 砂糖 じゃがいも	愛・地産給食 「菜の花」 「キャベツ」
10火	ごはん 牛乳 ソースカツ丼 いかにんじん ざくざく	牛乳 とんカツ(豚肉) するめ 鶏肉 焼き豆腐	キャベツ にんにく 大根 ごぼう さやいんげん	ごはん とんカツ(パン粉) 油 砂糖 砂糖 里芋 ふ	郷土料理給食 「福島県」
12木	中華めん 牛乳 ★塩ラーメン しゅうまい ★きゅうりの香り漬け	牛乳 豚肉 なんと しゅうまい(豚肉)	たけのこ 白菜 にんにく もやし ねぎ しゅうまい(玉ねぎ) きゅうり	中華めん ごま ごま油	
13金	カレーピラフ 牛乳 根菜ポトフ 手作りチョコケーキ	鶏肉 牛乳 ミートボール(鶏肉 豚肉) 豆乳 卵	玉ねぎ とうもろこし マッシュルーム グリン ピース ミートボール(玉ねぎ) にんにく 玉ねぎ 大根 れんこん ごぼう	アルファ化米 油 ホットケーキミックス 砂糖 油 チョコチップ	バレンタイン献立
16月	ごはん 牛乳 ビビンバ 中華スープ ★白玉フルーツポンチ	牛乳 豚肉 豆みそ 卵 かまぼこ 生揚げ	にんにく しょうが もやし ほうれん草 にんにく 白菜 ねぎ たけのこ きくらげ パインアップル もも	ごはん 砂糖 ごま油 油 白玉団子 砂糖	
17火	ごはん 牛乳 ★鶏肉のから揚げ 梅和え けんちん汁	牛乳 鶏肉 豆腐	しょうが にんにく 白菜 小松菜 梅 大根 ごぼう にんにく ねぎ 干しいたけ	ごはん 片栗粉 小麦粉 油	
18水	ごはん 牛乳 照り焼きつくね ★マカロニサラダ 沢煮椀	牛乳 つくね(鶏肉) ハム 豚肉	つくね(玉ねぎ) きゅうり キャベツ たけのこ 大根 にんにく ごぼう みつば 干 しいたけ	ごはん マカロニ ノンエッグマヨネーズ	
19木	★きなこ揚げパン 牛乳 ひじきサラダ 豆乳クリームシチュー	きなこ 牛乳 ツナ ひじき 鶏肉 豆乳	キャベツ きゅうり とうもろこし にんにく 玉ねぎ ブロッコリー	ミルクロールパン 油 砂糖 砂糖 油 じゃがいも 油 ホワイトルウ	
20金	わかめご飯 牛乳 ★茶碗蒸し いかフライのレモン煮 大根サラダ	わかめ 牛乳 鶏肉 卵 かまぼこ いかフライ(いか) ツナ	干しいたけ ほうれん草 レモン 大根 きゅうり とうもろこし 白菜キムチ つぼ漬け	ごはん いかフライ(パン粉) 油 砂糖 和風ドレッシング ごはん 砂糖 油	
24火	★キムタクご飯 牛乳 里芋コロッケ ワンタンスープ	豚肉 牛乳 里芋コロッケ(鶏肉) スープぎょうざ(豚肉 鶏肉)	白菜キムチ つぼ漬け にんにく もやし 白菜 チンゲンサイ	ごはん 砂糖 油 里芋コロッケ(里芋 パン粉) 油 スープぎょうざ(小麦粉)	
25水	ごはん 牛乳 さばの香味揚げ 水菜とささみのごま和え あおさ汁	牛乳 鯖 さば ささ身 豆腐 豆みそ 白みそ あおさ	しょうが ねぎ 水菜 もやし 大根 玉ねぎ 小松菜 えのきたけ	ごはん 片栗粉 油 砂糖 ごまドレッシング	
26木	ツナとなめたけご飯 牛乳 カレーコロッケ 磯香和え 豚汁	ツナ 牛乳 カレーコロッケ(豚肉) のり 豚肉 豆腐 豆みそ 白みそ	なめたけ カレーコロッケ(玉ねぎ) ほうれん草 もやし 白菜 玉ねぎ こんにゃく ねぎ	アルファ化米 もち米 カレーコロッケ(パン粉) 油 砂糖	
27金	ソフトめん 牛乳 ソフト麺のミートソースかけ コーンサラダ 手作りマラーカオ	牛乳 合びき肉 豆乳	にんにく 玉ねぎ にんにく マッシュルーム グ リンピース トマト とうもろこし きゅうり キャベツ	ソフトめん 油 砂糖 ハヤシルウ コーンクリームドレッシング ホットケーキミックス 砂糖 油	

※献立は都合により変更する場合があります。

(今月の平均栄養価)エネルギー752kcal、たんぱく質15.5%、脂質27.9%