



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