



2月 給食こんだてひょう



令和8年2月
上島町弓削学校給食センター

日	曜	こんだてめい	おもなぞいりょう			小豆餅 - 小蛋白質 中I餅 - 中蛋白質
			血や骨や筋肉を つくるもの	エネルギー源に なるもの	体の調子を よくするもの	
2 月	月	麦ごはん・牛乳	牛乳	米,麦		680
		弓削小なし				
		ペーじゃが	ベーコン,ウインナー	じゃがいも,さとう	たまねぎ,にんじん,こんにゃく	23.2
		生名小なし				
3 火	火	やさい入りじゃこてん	すりみ,たまご	ごま,でんぶん,油	たまねぎ,ごぼう,きくらげ	848
		めかぶ納豆	なつとう,めかぶ	ごま	コーン,葉ねぎ	28.8
		麦ごはん・牛乳	牛乳	米,麦		702
		さつまじる	とりにく,あげ,みそ	油,さつまいも	だいこん,にんじん,こんにゃく,葉ねぎ	28.5
4 水	水	いわしのカレーあげ	いわし	でんぶん,油	しょうが	876
		はなやさいのごまづあえ		さとう,ごま	カリフラワー,ブロッコリー,きゅうり	35.2
		ふくふくまめ	だいす,きな粉	さとう		
		麦ごはん・牛乳	牛乳	米,麦		654
5 木	木	だいこんのそぼろに	レモンポーク,あつあげ	さとう,でんぶん	しょうが,だいこん,たまねぎ,にんじん,さ やいんげん	22.9
		とうふのまさごあげ	とうふ,とり肉,たまご	でんぶん,油	しょうが,たまねぎ,しそ葉,きくらげ	816
		うめかつおあえ	ちくわ,はなかつお	さとう	キャベツ,きゅうり,うめぼし	28.2
		げんりょう麦ごはん・牛乳	牛乳	米,麦		627
6 金	金	クラムチャウダー	ベーコン,あさり,牛乳	じゃがいも,でんぶん,バター	にんじん,たまねぎ,グリンピース	21.2
		おさかなナツツ	かえり	油,カシューナツツ,アーモン ド,さとう		758
		ひじきのサラダ	ひじき	ごま油,ごま	もやし,にんじん,こまつな	24.7
		きなこトースト	きな粉	パン,バター,さとう		
		弓削高なし	牛乳,レモンポーク	米,ごま油	白ねぎ,たくあん,はくさいキムチ	661
9 月	月	弓削中学校 リクエストメニュー	ベーコン,とうふ,わかめ さば,みそ		たまねぎ,きくらげ,えのき,葉ねぎ しょうが	25.2 834
				さとう,アーモンド	こまつな,にんじん,キャベツ	31.3
					たまみ	
		麦ごはん・牛乳	牛乳	米,麦		665
		弓削高なし				
10 火	火	こうやどうふのたまごとじ	こうやどうふ,とりにく,たまご	油,さとう	にんじん,たまねぎ,こんにゃく,ほししい だけ,グリンピース	29.3
		レバーのバーベキューソース	とりレバー	でんぶん,油,さつまいも,さ とう	りんご,しょうが,葉ねぎ	828
		きりぼしだいこんのごまあえ	ツナ	さとう,ごま	ほうれん草,切り干しだいこん	36.3
		麦ごはん・牛乳	牛乳	米,麦		605
12 木	木	とりそぼろじる	とり肉,とうふ	油,でんぶん	しょうが,えのき,たまねぎ,だいこん,にん じん,葉ねぎ	25.9
		ホキのマヨネーズやき	ホキ	マヨネーズ,コーンスターチ	コーン,たまねぎ,パセリ	753
		はるさめサラダ	ロースハム	はるさめ,さとう,ごま油,ご ま	きゅうり,もやし	31.3
		麦ごはん・牛乳	牛乳	米,麦		709
13 金	金	ぶたじる	レモンポーク,あつあげ,みそ		しょうが,えのき,ごぼう,にんじん,こん にゃく,葉ねぎ	25.4
		おろしハンバーグ	レモンポーク,とり肉,だいす,と うふ,ひじき,たまご	パンこ,でんぶん	たまねぎ,だいこん	883
		ポテトサラダ		じゃがいも,さとう,マヨネ ーズ	キャベツ,コーン,にんじん,レモン果汁	31.5
		麦ごはん・牛乳	牛乳	米,麦		665
13 金	金	ポークカレー	レモンポーク,スキムミルク	じゃがいも	しょうが,にんじん,たまねぎ,グリンピー ス	21.2
		あおのりだいす	だいす,青のり	さとう		826
		カラフルサラダ		ドレッシング	カリフラワー,ブロッコリー,にんじん, きゅうり,コーン	25.5
		りんごゼリー	アガー	さとう	りんご果汁	

日	曜	こんだてめい	おもなざいりょう			小豆餅* - 小蛋白質 中味餅* - 中蛋白質
			血や骨や筋肉を つくるもの	エネルギー源に なるもの	体の調子を よくするもの	
16	月	玄米入りごはん 魚島小中なし	牛乳	米,げんまい		699
		きりぼしだいこんのにもの	レモンポーク,だいす,あげ	さとう	切り干しだいこん,にんじん,ほしいた け,こんにゃく	26.3
		とりにくとレモンのかきあげ	とりにく,たまご	じゃがいも,こむぎこ,油	レモン(全果、生),たまねぎ,レモン果汁	866
		こまつなのごまあえ		ごま	こまつな,はくさい,えのき	32.2
17	火	麦ごはん・牛乳	牛乳	米,麦		674
		はくさいスープ	ベーコン,とうふ	でんぶん	はくさい,葉ねぎ,しょうが	23.5
		ポテトミートグラタン	レモンポーク,だいす,チーズ	じゃがいも	たまねぎ	835
		れんこんサラダ	ツナ	さとう,マヨネーズ,ごま	れんこん,もやし,しめじ	28.5
		はるか			はるか	
18	水	ごはん・牛乳	牛乳	米		646
		ファイバースープ	レモンポーク	ごま油,麦,でんぶん	しょうが,ごぼう,切り干しだいこん,にん じん,たまねぎ,葉ねぎ	25.9
		さかなのチーズフライ	ホキ,たまご,チーズ	こむぎこ,パンこ,油		809
		かみかみあえ	さきいか	さとう	きゅうり,コーン,キャベツ	32.9
19	木	げんりょう麦ごはん・牛乳	牛乳	米,麦		647
		レモンふうみのにくうどん	レモンポーク,あげ	うどん,さとう	にんじん,たまねぎ,ごぼう,葉ねぎ,レモン	24.8
		ビーンズオムレツ	たまご,白いんげんまめ,ひよこ 豆,レモンポーク	バター	たまねぎ	804
		しそあえ		ごま	きゅうり,キャベツ,たくあん,あかじそ	29.9
20	金	麦ごはん・牛乳 弓削高なし	牛乳	米,麦		706
		しせんどうふ	レモンポーク,とうふ,じゃこて ん	さとう,でんぶん,ごま油	しょうが,にんじん,たけのこ,ほしいた け,はくさい,しめじ	25.1
		ぎょうざロール	レモンポーク	ごま油,こむぎこ,春巻きの 皮,油	しょうが,にら,キャベツ	864
		ひじきのナムル	ひじき	ごま油,ごま	にんじん,ほうれん草,もやし	30.4
24	火	弓削高なし	牛乳,レモンポーク	米,ごま油	白ねぎ,たくあん,はくさいキムチ	696
		弓削小学校 リクエストメニュー	ベーコン	じゃがいも,マカロニ	たまねぎ,にんじん,キャベツ	26.6
			とりにく	さとう,でんぶん,こむぎこ, 油	しょうが	865
				じゃがいも,さとう,マヨネ ーズ	きゅうり,コーン,にんじん,レモン果汁	32.4
			ヨーグルト		もも,パイン缶	
25	水	麦ごはん・牛乳 生名なし	牛乳	米,麦		608
		とうふだんごスープ	とりにく,レモンポーク,とうふ, たまご	でんぶん,さとう	しょうが,にんじん,ごぼう,ほしいたけ, ほうれん草	21.6
		ピザポテト 弓削高なし	ウィンナー,チーズ	油,じゃがいも	たまねぎ,ピーマン	753
		ひじきサラダ	ひじき		にんじん,きゅうり,もやし	26.0
26	木	麦ごはん・牛乳 生名なし	牛乳	米,麦		649
		すきやき 弓削高なし	ぎゅうにく,レモンポーク,とう ふ	油,さとう	たまねぎ,こんにゃく,しゅんざく,はく さい,白ねぎ,えのき	26.4
		だいすとかえりのあげに	かえり,だいす	でんぶん,油,さとう,ごま		805
		だいこんとわかめのおかかあえ	わかめ,はなかつお	さとう,オリーブ油	きゅうり,だいこん	32.8
27	金	麦ごはん・牛乳 弓削高なし	牛乳	米,麦		665
		ポークビーンズ	レモンポーク,ベーコン,だいす	じゃがいも,さとう	たまねぎ,にんじん,えだ豆	27.1
		きびなごのからあげ	きびなご	でんぶん,油	しょうが	829
		ミモザサラダ	たまご	オリーブ油,さとう	キャベツ,きゅうり,ブロッコリー,レモン 果汁	33.2

材料の都合で、献立を変更することがあります。