



令和8年2月

給食献立予定表

玉野市立学校給食センター

きゅうしょくこんだて よていひょう

©いしいひさいち

ひ づ け 日 付	こんだてめい 献立名	おも ざいりょう 主な材料			エネルギー(kcal) たんばく質(g)	エネルギー(kcal) たんばく質(g)
		血 や に く に な る	体の調子をととのえる	エネルギーのもとになる	小学校	中学校
2 (月)	〇●〇節分献立〇●〇 ごはん 牛乳 小鰯梅のかりかりフライ キャベツのごまだれ和え 豆腐のすまし汁 せつぶんまめ 節分豆	牛乳 節分豆 豆腐 わかめ 小いわし梅の香揚げ	キャベツ きゅうり にんじん えのきたけ たまねぎ ねぎ	米 油 ごま 砂糖	601	703
					21.1	23.9
3 (火)	パン 牛乳 鯨肉のオーロラソース和え ポテトサラダ もち麦入り野菜スープ	牛乳 鯨竜田揚げ みそ ベーコン	にんじん きゅうり とうもろこし マッシュルーム たまねぎ	パン 油 砂糖 じゃがいも もち麦 ノンエッグマヨネーズ	648	785
4 (水)	〇●〇のりの日献立〇●〇 ごはん(味付けのり) 牛乳 豚肉のしょうが炒め 根菜のみそ汁	のり 牛乳 豚肉 豆腐 油揚げ みそ	しょうが たまねぎ ごぼう にんじん だいこん しめじ ねぎ	米 砂糖 さといも	631	743
					26.0	29.9
5 (木)	ソフトめん豆乳クリームソース 牛乳 ウインナー フレンチサラダ	牛乳 鶏肉 豆乳 ウインナー	たまねぎ にんじん とうもろこし キャベツ グリーンピース マッシュルーム	ソフトめん でんぷん 油 砂糖	666	829
6 (金)	ごはん 牛乳 親子煮 きんぴらごぼう	牛乳 鶏肉 たまご 高野豆腐 平天	たまねぎ にんじん ごぼう ねぎ 干しいたけ さやいんげん	米 じゃがいも こんにゃく 砂糖	642	757
9 (月)	ごはん 牛乳 鯖のみりん干し 五目煮 じゃがいものみそ汁	牛乳 鯖のみりん干し 油揚げ 大豆 ひじき 鶏肉 わかめ みそ	にんじん たまねぎ さやいんげん ねぎ	米 砂糖 じゃがいも	653	770
10 (火)	バターロールパン 牛乳 鮭のハニーマスタード焼き ごぼうサラダ ミネストローネ	牛乳 鮭 ポークハム ひよこ豆	ごぼう キャベツ とうもろこし にんにく トマト たまねぎ にんじん	バターロールパン 砂糖 じゃがいも マカロニ はちみつ ノンエッグマヨネーズ	674	824
12 (木)	〇●〇たまのチャレンジ献立(後閑小) 〇●〇 みそラーメン 牛乳(ココアパウダー) 鶏のから揚げ にんじんサラダ	牛乳 豚肉 みそ 鶏肉	にんにく しょうが にんじん たまねぎ ねぎ もやし メンマ キャベツ とうもろこし	中華めん でんぷん 油 ドレッシング ココアパウダー	737	873
13 (金)	ごはん 牛乳 マーボー豆腐 蒸ししゅうまい 大根の中華和え	牛乳 豚肉 牛肉 豆腐 みそ しゅうまい ツナ	にんにく しょうが たまねぎ にんじん たけのこ だいこん ねぎ チンゲンサイ 干しいたけ	米 砂糖 でんぷん 油	684	794
16 (月)	〇●〇チャレンジワーク献立(東兎中) 〇●〇 そばろとれんこんの丼 牛乳 豚汁 りんごタルト	牛乳 鶏肉 豚肉 油揚げ みそ	しょうが にんにく たまねぎ れんこん にんじん ごぼう ねぎ	米 こんにゃく 砂糖 じゃがいも ごま りんごタルト	740	854
17 (火)	パン 牛乳 エビカツ(ノンエッグタルタルソース) 海藻サラダ マカロニスープ	牛乳 えびカツ ツナ わかめ こんぶ 荳わかめ 赤桜草 白杉のり ベーコン	キャベツ にんじん たまねぎ マッシュルーム	パン 油 砂糖 マカロニ ノンエッグタルタルソース	621	724
18 (水)	ごはん 牛乳 鶏ちゃんこ鍋 煮干しのあめがらめ 切り干し大根の和え物	牛乳 鶏肉 鶏つくね 厚揚げ こんぶ みそ かえり	しょうが にんにく はくさい だいこん にんじん しめじ 切り干し大根 こまつな	米 こんにゃく 砂糖 ごま	638	752
19 (木)	カレーうどん 牛乳 こぶ和え	牛乳 鶏肉 油揚げ 塩昆布	にんにく しょうが たまねぎ にんじん ごぼう 白ねぎ キャベツ もやし	うどん	616	726
20 (金)	〇●〇たまのチャレンジ献立(玉原小) 〇●〇 チキンライス 牛乳 チキンカツ イタリアンサラダ コンソメスープ ぶどうゼリー	牛乳 ベーコン 米粉のチキンカツ 鶏肉	キャベツ 赤ピーマン とうもろこし にんじん たまねぎ こまつな マッシュルーム	米 油 ドレッシング ぶどうゼリー	676	796
24 (火)	パン 牛乳 ミルククリームシチュー 野菜ソテー チョコプリン	牛乳 鶏肉	たまねぎ にんじん ブロッコリー マッシュルーム キャベツ とうもろこし	パン じゃがいも チョコプリン	654	783
25 (水)	ごはん(赤じそふりかけ) 牛乳 鯖のごまみそだれかけ じゃこ和え 湯葉のすまし汁	牛乳 鯖 みそ ちりめん 湯葉 わかめ	にんにく キャベツ もやし にんじん えのきたけ たまねぎ ねぎ 赤じそふりかけ	米 砂糖 ごま 油	626	738
26 (木)	キムチラーメン 牛乳 多葉包子 もやしのナムル	牛乳 豚肉 みそ 多葉包子 ささみフレーク	にんにく しょうが にんじん たまねぎ はくさい きくらげ メンマ キャベツ にら もやし 白菜キムチ	中華めん 砂糖 油	623	802
27 (金)	ごはん 牛乳 アジフライ れんこんの梅肉和え 白菜のみそ汁	牛乳 鰯フライ かつおぶし 鶏肉 油揚げ みそ	れんこん とうもろこし にんじん うめ たまねぎ はくさい えのきたけ ねぎ	米 油 砂糖	675	796
					25.0	28.9

※この献立は予定のため、変更することがあります。