



令和8年2月

土庄町立中央学校給食センター

日	献立名	赤の仲間 血や肉になる		緑の仲間 体の調子を整える		黄の仲間 熱や力の元になる		I和ギ*-(小) I和ギ*-(中)
2月	ごはん、牛乳、節分豆		牛乳			米		640 kcal
	いわしの生姜煮	いわし						
	ほうれん草ともやしのソテー	ベーコン		ほうれんそう	もやし		なたね油	802 kcal
	具だくさんのみそ汁	油揚げ,中みそ,白みそ	煮干し(だし)	にんじん,葉ねぎ	えのきたけ,だいこん			
3火	コッパパン、牛乳		牛乳			コッパパン		677 kcal
	鶏肉のトマト煮	鶏肉		にんじん,トマト	たまねぎ,しめじ	じゃがいも,上白糖	なたね油	
	もやしとピーマンの青のりソテー	ベーコン	あおのり	ピーマン	もやし,にんにく		なたね油	862 kcal
	黒豆きなこクリーム						黒豆きなこクリーム	
4水	ごはん、牛乳		牛乳			米		587 kcal
	ホイコーロー	豚肉,赤みそ		にんじん,ピーマン	キャベツ,たまねぎ,しょうが,にんにく	上白糖	ごま油	
	ビーフンスープ	ベーコン		チンゲンサイ,にんじん	たまねぎ	ビーフン	なたね油,ごま油	798 kcal
5木	さくらめし、牛乳		牛乳			米		
	三色丼(具)	たまご,鶏肉		ほうれんそう	しょうが	上白糖		595 kcal
	豆腐と白菜のみそ汁	豆腐,中みそ,白みそ	煮干し(だし)	葉ねぎ,にんじん	はくさい			
	豆乳プリン							806 kcal
6金	ごはん、牛乳		牛乳			米		623 kcal
	じゃがいものそばろ煮	豚ひき肉		にんじん	たまねぎ,えだまめ	じゃがいも,三温糖	なたね油	
	ちんげんさいとキャベツの中華ソテー	ベーコン		チンゲンサイ	キャベツ,にんにく		ごま油	820 kcal
	焼きのり		のり					
9月	ごはん、牛乳		牛乳			米		
	厚揚げと春雨のピリ辛	豚肉,厚揚げ		にら	太ねぎ,にんにく,しょうが	はるさめ,上白糖,かたくり粉	ごま油	647 kcal
	ほうれん草のツナあえ	ツナ		ほうれんそう	キャベツ	上白糖		850 kcal
10火	ごはん、牛乳		牛乳			米		628 kcal
	さけのガーリック焼き	さけ			にんにく			
	こまつなとコーンのソテー	ウインナー		こまつな	キャベツ,コーン		なたね油	
	肉だんごと白菜のスープ	ミートボール		にんじん,葉ねぎ	たまねぎ,えのきたけ,はくさい,しょうが	かたくり粉		797 kcal
12木	ごはん、牛乳		牛乳			米		
	みんなの冬野菜カレー(ルー)	鶏肉		にんじん	れんこん,たまねぎ	じゃがいも,黒砂糖	なたね油,カレールウ	596 kcal
	キャベツときのこのソテー	ウインナー			キャベツ,しめじ		なたね油	787 kcal
13金	ロールパン、牛乳		牛乳			ロールパン		
	チリコンカーン	豚肉,大豆		にんじん,トマト	たまねぎ,にんにく	三温糖	なたね油	591 kcal
	根菜サラダ			にんじん	れんこん,きゅうり,ごぼう,コーン		ごまドレッシング	
	チョコタルト					チョコタルト		784 kcal
16月	ごはん、牛乳		牛乳			米		
	豚肉の梅みそいため	豚肉,赤みそ		にんじん,葉ねぎ	しょうが,たまねぎ,梅	上白糖	なたね油,ごま	625 kcal
	オリーブにゅうめん	油揚げ	こんぶ(だし),煮干し(だし)	葉ねぎ	たまねぎ	オリーブめん		820 kcal
17火	麦ごはん、牛乳		牛乳			米,おおむぎ		
	マーボー豆腐	豆腐,豚ひき肉,赤みそ		にら,にんじん	生しいたけ,にんにく,しょうが	上白糖,かたくり粉	ごま油	616 kcal
	切り干し大根のサラダ			にんじん	切干しだいこん,きゅうり	上白糖	ごま,なたね油	814 kcal
18水	ゆかりごはん、牛乳		牛乳	赤しそ		米		
	肉じゃが	牛肉,豚肉		にんじん,さやいんげん	たまねぎ	じゃがいも,しらたき,上白糖	なたね油	602 kcal
	こまつなのごまドレッシングあえ			こまつな	はくさい,もやし	三温糖	ごま,なたね油	790 kcal
19木	スパゲティナポリタン、牛乳	豚肉,ベーコン	牛乳	にんじん,ピーマン	しめじ,たまねぎ	スパゲッティ	オリーブ油	593 kcal
	ビーンズサラダ	大豆,ツナ		にんじん	きゅうり,えだまめ,コーン			
	お米のメープルマフィン					メープルマフィン		782 kcal
20金	ごはん、牛乳		牛乳			米		
	筑前煮	鶏肉,ちくわ	煮干し(だし)	にんじん,さやいんげん	ごぼう,れんこん	こんにゃく,三温糖	ごま油	582 kcal
	ほうれん草とコーンのソテー	ベーコン		ほうれんそう	キャベツ,コーン		なたね油	
	のり佃煮		のり					765 kcal
24火	にんじんピラフ、牛乳	鶏肉	牛乳	にんじん	たまねぎ	米	オリーブ油	670 kcal
	キャベツと菜花のソテー	ウインナー		なばな	キャベツ		なたね油	
	冬野菜スープ	ベーコン		にんじん	はくさい,だいこん,たまねぎ			
	豆乳プリンタルト					豆乳プリンタルト		848 kcal
25水	ごはん、牛乳		牛乳			米		610 kcal
	いわしのみぞれ煮	いわし						
	ゆうすげ村の大根サラダ	かまぼこ		にんじん	だいこん,きゅうり,りんご(生)	上白糖	なたね油	
	豆腐のみそ汁	豆腐,中みそ,白みそ	わかめ,煮干し(だし)	にんじん,葉ねぎ	たまねぎ			801 kcal
26木	野菜たっぷり中華ラーメン	豚肉		にんじん	にんにく,しょうが,キャベツ,たまねぎ,もやし,たけのこ,太ねぎ	ゆで中華麺,上白糖,かたくり粉	ごま油	595 kcal
	牛乳、春巻		牛乳				大豆油	
	中華サラダ	ハム		にんじん	もやし,きゅうり	はるさめ,上白糖	ごま油,ごま	792 kcal
27金	ごはん、牛乳		牛乳			米		
	高野豆腐のそばろ煮	豚ひき肉,高野豆腐,かつお節		にんじん,さやいんげん	たまねぎ,しいたけ	三温糖		646 kcal
	キャベツとピーマンのカレーソテー	ベーコン		ピーマン	キャベツ		なたね油	854 kcal