

令和8年2月分予定献立表（小学校）

知立市学校給食センター

日曜	食器	献立	<赤> おもに体をつくる もとになる食品		<緑> おもに体の調子を整える もとになる食品		<黄> おもにエネルギーの もとになる食品		エネルギー (kcal) たんぱく質 (g)	
			1群	2群	3群	4群	5群	6群		
			魚・肉・卵・ 大豆・大豆製品 たんぱく質	牛乳・乳製品 小魚・海そう 無機質	緑黄色野菜	その他の野菜 果物・きのこ ビタミン・無機質	米・パン めん・いも・砂糖 炭水化物	油脂・種実 脂質		
2月	大皿	ごはん 牛乳 こぎつねごはんのぐ	とりにく ちくわ あぶらあげ	ぎゅうにゅう 初午にちなんで、油揚げが入って います。自分のお茶碗で混ぜご飯を つくりましょう。	にんじん	とうもろこし えだまめ	こめ さとう	あぶら	681 24.4	
	皿	れんこんいりつくね(2こ)	とりにく			れんこん たまねぎ	さとう	あぶら		
	小皿	きりぼしだいこんのみそしる	とうふ みそ	わかめ	にんじん はねぎ	たまねぎ しろねぎ きりぼしだいこん				
		◎とうにゅうプリンタルト	とうにゅう				さとう こめこ	あぶら		
「節分」～『大豆』や『いわし』などを食べると縁起が良いとされています。～										
3月	大皿	ごはん 牛乳 いわしのかばやき	いわし	ぎゅうにゅう		しょうが	こめ かたくりこ さとう	あぶら	597 25.7	
	皿	たくあんあえ				キャベツ だいこんづけ				
	小皿	かすじる	酒かすが入ったみそ 汁です。アルコールは とばしています。	ぶたにく みそ とうふ	にんじん はねぎ	だいこん こんにやく しろねぎ ごぼう	さといも			
		せつぶんまめ	だいず							
4月	皿	ちゅうかめん 牛乳		ぎゅうにゅう			ちゅうかめん		637 24.8	
	大皿	とうにゅうみそラーメンのしる	ぶたにく とうにゅう みそ		にんじん はねぎ チンゲンサイ	はくさい しろねぎ とうもろこし メンマ にんにく		ごま		
	皿	あげぎょうざ(2こ)	ぶたにく			キャベツ たまねぎ	こむぎこ	あぶら		
	小皿	にらともやしのナムル			にら	もやし しょうが	さとう			
5月	大皿	ごはん 牛乳		ぎゅうにゅう			こめ		605 24.8	
	皿	だいこんのはのふりかけ	かつおぶし	ちりめんじゃこ	だいこんば	だいこん		ごま		
	皿	てりやきハンバーグ	ぶたにく とりにく			たまねぎ	さとう かたくりこ	あぶら		
	小皿	のっぺいじる	かまぼこ とうふ		にんじん はねぎ	ごぼう こんにやく しろねぎ	さといも かたくりこ			
6月	大皿	ごはん 牛乳		ぎゅうにゅう			こめ		663 27.9	
	皿	おろしゅうしょくざいのひ ちりゅうびメンチカツ	とりにく ぶたにく		にんじん	きりぼしだいこん たまねぎ	こむぎこ パンこ	あぶら		
	小皿	★とうふのたまごとじ 【たまご】	ぶたにく とうふ かまぼこ たまご		にんじん みつば	たまねぎ しいたけ	さとう			
	皿	しそひきあえ		ひじき	しそ こまつな にんじん	キャベツ	さとう			
9月	「アジア・アジアパラ競技大会」にちなんで、韓国料理の献立です！！									676 24.4
	大皿	ごはん 牛乳		ぎゅうにゅう			こめ			
	皿	ヤンニョムチキン トックいりスープ	とりにく ベーコン		にんにく たまねぎ たけのこ はくさい しろねぎ	にんじん はねぎ	さとう かたくりこ	あぶら		
	小皿	チョレギサラダ	唐揚げに甘辛いたれを からめた料理です。	のり	キャベツ きゅうり にんにく	韓国のもちです。	ごま ごまあぶら			
10月	皿	こがたロールパン 牛乳		ぎゅうにゅう			パン		598 23.7	
	大皿	やさいたつぶりやきそば	ぶたにく ちくわ		にんじん ピーマン	キャベツ たまねぎ しょうが	ちゅうかめん	あぶら		
	皿	あいちのチキンウインナー	チキンウインナー							
	小皿	フルーツのぶどうゼリーあえ				もも パインアップル ぶどう マスカット	さとう			
12月	大皿	むぎごはん 牛乳		ぎゅうにゅう			こめ むぎ		648 27.2	
	小皿	おまめのカレーシチュー	ぶたにく ひよこまめ だいず レンズまめ		にんじん	たまねぎ	じゃがいも カレールウ			
	皿	ビッグチキンナゲット	とりにく				こむぎこ コーンスターチ	あぶら		
	皿	カラフルツナサラダ シーザードレッシング	まぐろあぶらづけ		にんじん	キャベツ とうもろこし		ドレッシング		

愛知県産の食材(2月分の予定)



毎月19日は「食育の日～おうちでごはんの日～」です

※食材の都合により献立を変更する場合があります。
※献立名は主食・主菜・副菜の順になっています。◎は、業者配送です
※★は、アレルギー対応食です。【 】内のアレルギーの除去食を提供します。
※アレルギー物質については、アレルギー関連書類で確認してください。



【2月学校給食献立月目標】

バランスよく食べよう



日曜	食器	献立	＜赤＞ おもに体をつくる もとになる食品		＜緑＞ おもに体の調子を整える もとになる食品		＜黄＞ おもにエネルギーの もとになる食品		エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)			
			1群	2群	3群	4群	5群	6群					
			魚・肉・卵・ 大豆・大豆製品	牛乳・乳製品 小魚・海そう	緑黄色野菜	その他の野菜 果物・きのこ	米・パン めん・いも・砂糖	油脂・種実					
			たんぱく質	無機質	ビタミン・無機質		炭水化物	脂質					
13 金	大	ごはん 牛乳		ぎゅうにゅう			こめ		672	23.4			
	皿	かぼちゃのハートコロッケ	とりにく		かぼちゃ	たまねぎ	こむぎこ パンこ さとう	あぶら					
	皿	だいずととりにくのトマトにこみ	とりにく だいず		トマト	にんにく たまねぎ	さとう	オリーブオイル					
	小	コンソメスープ	ベーコン		にんじん パセリ	たまねぎ キャベツ	じゃがいも さとう	ココア					
16 月	大	わかめごはん 牛乳		ぎゅうにゅう わかめ			こめ		605	26.9			
	皿	さばのしおこうじやき	さば										
	小	ぶたにくとやさいのしょうがに	ぶたにく はんぺん		にんじん さやいんげん	たまねぎ こんにやく しょうが	じゃがいも さとう						
	皿	ゆかりあえ			しそ	キャベツ きゅうり							
17 火	大	ごはん 牛乳		ぎゅうにゅう			こめ		634	24.6			
	皿	しらすいりおさかなカツ	たら	しらすばし あおのり		たまねぎ	かたくりこ こむぎこ パンこ	あぶら					
	皿	ごもくきんぴら	まぐろあぶらづけ はんぺん		にんじん	ごぼう れんこん	さとう	ごま ごまあぶら					
	小	ちりゅうしょうさいのひ ちりゅうだいずのごじる	ぶたにく だいず みそ あぶらあげ		にんじん はねぎ	だいこん ごぼう はくさい こんにやく しろねぎ							
18 水	大	ごはん 牛乳		ぎゅうにゅう			こめ		611	27.2			
	皿	しゅうまい(2こ)	ぶたにく			たまねぎ	こむぎこ						
	小	キムチなべ	ぶたにく どうふ みそ		にんじん にら	はくさいキムチ はくさい だいこん えのきたけ							
	皿	パンパンジーサラダ ごまドレッシング	とりにく			キャベツ もやし きゅうり		ドレッシング					
19 木	大	ごはん 牛乳		ぎゅうにゅう			こめ		667	31.9			
	皿	さんまのみそぎんがみやき	さんま みそ				さとう						
	小	なまあげのそぼろに	とりにく なまあげ		にんじん さやいんげん	だいこん たけのこ しめじ たまねぎ	さとう かたくりこ						
	皿	いよかん(生)				いよかん							
20 金	大	しらたまうどん 牛乳		ぎゅうにゅう			うどん		640	26.3			
	小	みそにこみうどんのしる	とりにく あぶらあげ かまぼこ みそ		にんじん はねぎ	しろねぎ はくさい							
	皿	ちくわのにしょあげ(2ほん)	ちくわ	あおのり			てんぷらこ	あぶら					
	小	みかわみどりの こんぶあえ	『三河みどり』というきゅうりを使用します。			れんこん きゅうり えだまめ							
24 火	大	ごはん 牛乳		ぎゅうにゅう			こめ		607	26.0			
	皿	あつやきたまご	たまご				さとう タピオカ	あぶら					
	小	ひきずり	とりにく かまぼこ やきどうふ		にんじん はねぎ	はくさい しろねぎ こんにやく	さとう						
	皿	キャベツとこまつなのあえもの しそかつおふりかけ	かつおぶし いわしぶし	のり	こまつな にんじん しそ	キャベツ	さとう	ごま					
25 水	大	ごはん 牛乳		ぎゅうにゅう			こめ		655	27.0			
	小	★えびいりはっほうさい 【 えび 】	ぶたにく えび		にんじん チンゲンサイ	はくさい たけのこ たまねぎ きくらげ	かたくりこ さとう						
	皿	はるまき	ぶたにく		にんじん にら	もやし キャベツ エリンギ	こむぎこ コーンスターチ	あぶら					
	皿	にんじんときりぼしだいこんの キムチサラダ	とりにく		にんじん	きりぼしだいこん はくさいキムチ きゅうり	さとう	ごまあぶら ごま					
26 木	大	サンドイッチパンズパン 牛乳		ぎゅうにゅう			パン		622	25.5			
	皿	チキンカツ	とりにく				パンこ こむぎこ	あぶら					
	小	とんかつソース	パンにチキンカツと野菜ソテーを はさんで食べましょう。			にんじん							
	大	やさしいソテー				キャベツ							
27 金	大	ごはん 牛乳		ぎゅうにゅう			こめ		671	21.2			
	小	ハヤシシチュー	ぶたにく		にんじん	たまねぎ マッシュルーム	じゃがいも さとう ハヤシルウ	あぶら					
	皿	パン・キン・アン・サンブルエッグ	とりにく たまご		かぼちゃ		かたくりこ	あぶら					
	皿	せとか(生)	旬のみかんとオレンジをかけあわせた果物です。			せとか							
今月の平均		エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂質 (摂取エネルギーの%)	カルシウム (mg)	マグネシウム (mg)	鉄 (mg)	ビタミン		食物繊維 (g)	食塩 (g)		
		638	25.7	28.1	358	90	3.2	A (μg)	B1 (mg)	B2 (mg)	C (mg)	4.8	2.2



今月の我が家の自慢料理

今月は5日(木)に猿渡小学校2年1組高木涼太郎さんの「大根の葉のふりかけ」、9日(月)に知立南中学校2年3組今井慧玲南さんの「チョレギサラダ」を取り入れました。お楽しみに！



令和8年2月分予定献立表（中学校）

知立市学校給食センター

日曜	食器	献立	<赤> おもに体をつくる もとになる食品		<緑> おもに体の調子を整える もとになる食品		<黄> おもにエネルギーの もとになる食品		エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)
			1群	2群	3群	4群	5群	6群		
			魚・肉・卵・ 大豆・大豆製品 たんぱく質	牛乳・乳製品 小魚・海そう 無機質	緑黄色野菜	その他の野菜 果物・きのこ ビタミン・無機質	米・パン めん・いも・砂糖 炭水化物	油脂・種実 脂質		
2月	大	ごはん 牛乳		ぎゅうにゅう			こめ		828	28.4
	皿	こぎつねごはんのぐ	とりにく ちくわ あぶらあげ	初午にちなんで、油揚げが入って います。自分のお茶碗で混ぜご飯を つくりましょう。	にんじん	とうもろこし えだまめ	さとう	あぶら		
	皿	れんこんいりつくね(2こ)	とりにく			れんこん たまねぎ	さとう	あぶら		
	小	きりぼしだいこんのみそしる	とうふ みそ	わかめ	にんじん はねぎ	たまねぎ しろねぎ きりぼしだいこん				
		◎とうにゅうプリンタルト	とうにゅう				さとう こめこ	あぶら		
「節分」～『大豆』や『いわし』などを食べると縁起が良いとされています。～										
3月	大	ごはん 牛乳		ぎゅうにゅう			こめ		763	31.2
	皿	いわしのかばやき	いわし			しょうが	かたくりこ さとう	あぶら		
	皿	たくあんあえ				キャベツ だいこんづけ				
	小	かすじる	酒かすが入ったみそ 汁です。アルコールは とばしています。	ぶたにく みそ とうふ	にんじん はねぎ	だいこん こんにやく しろねぎ ごぼう	さといも			
		せつぶんまめ	だいず							
4月	皿	ちゅうかめん 牛乳		ぎゅうにゅう			ちゅうかめん		778	30.0
	大	とうにゅうみそラーメンのしる	ぶたにく とうにゅう みそ		にんじん はねぎ チンゲンサイ	はくさい しろねぎ とうもろこし メンマ にんにく		ごま		
	皿	あげぎょうざ(3こ)	ぶたにく			キャベツ たまねぎ	こむぎこ	あぶら		
	小	にらともやしのナムル			にら	もやし しょうが	さとう			
5月	大	ごはん 牛乳		ぎゅうにゅう			こめ		767	29.7
	皿	だいこんのはのふりかけ	かつおぶし	ちりめんじゃこ	だいこんば	だいこん	さとう かたくりこ	ごま		
	皿	てりやきハンバーグ	ぶたにく とりにく			たまねぎ		あぶら		
	小	のっぺいじる	かまぼこ とうふ		にんじん はねぎ	ごぼう こんにやく しろねぎ	さといも かたくりこ			
6月	大	ごはん 牛乳		ぎゅうにゅう			こめ		847	34.5
	皿	ちりゅうしよくさいのひ ちりゅうつびメンチカツ	とりにく ぶたにく		にんじん	きりぼしだいこん たまねぎ	こむぎこ パンこ	あぶら		
	小	★とうふのたまごとじ 【たまご】	ぶたにく とうふ かまぼこ たまご		にんじん みつば	たまねぎ しいたけ	さとう			
	皿	しそひじきあえ		ひじき	しそ こまつな にんじん	キャベツ	さとう			
「アジア・アジアパラ競技大会」にちなんだ、韓国料理の献立です！！										
9月	大	ごはん 牛乳		ぎゅうにゅう			こめ		869	30.0
	皿	ヤンニョムチキン	とりにく			にんにく	さとう かたくりこ	あぶら		
	小	トックいりスープ	唐揚げに甘辛いたれを からめた料理です。	ベーコン	にんじん はねぎ	たまねぎ たけのこ はくさい しろねぎ	トック	韓国のもちです。 ごまあぶら		
	皿	チョレギサラダ	まぐろあぶらづけ	のり		キャベツ きゅうり にんにく		ごま ごまあぶら		
10月	皿	こがたロールパン 牛乳		ぎゅうにゅう			パン		790	31.3
	大	やさいたつぷりやきそば	ぶたにく ちくわ		にんじん ビーマン	キャベツ たまねぎ しょうが	ちゅうかめん	あぶら		
	皿	あいちのチキンウインナー(2ほん)	チキンウインナー							
	小	フルーツのぶどうゼリーあえ				もも パインアップル ぶどう マスカット	さとう			
12月	大	むぎごはん 牛乳		ぎゅうにゅう			こめ むぎ		831	33.5
	小	おまめのカレーシチュー	ぶたにく ひよこまめ だいず レンズまめ		にんじん	たまねぎ	じゃがいも カレールウ			
	皿	ビッグチキンナゲット	とりにく				こむぎこ コーンスターチ	あぶら		
	皿	カラフルツナサラダ シーザードレッシング	まぐろあぶらづけ		にんじん	キャベツ とうもろこし		ドレッシング		

愛知県産の食材(2月分の予定)



こめ



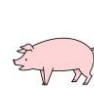
こむぎ



ぎゅうにゅう



とりにく



ぶたにく



しらすぼし



キャベツ



にんじん



チンゲンサイ



たまねぎ



さといも



れんこん



はくさい



きくらげ



だいず



みそ



こまつな



みつば



だいこん



きりぼしだいこん



きゅうり



あおりの

毎月19日は「食育の日～おうちでごはんの日～」です

※食材の都合により献立を変更する場合があります。
※献立名は主菜・主菜・副菜の順になっています。◎は、業者配送です
※★は、アレルギー対応食です。【 】内のアレルギーの除去食を提供します。
※アレルギー物質については、アレルギー関連書類で確認してください。



【2月学校給食献立月目標】

バランスよく食べよう



日曜	食器	献立	＜赤＞ おもに体をつくる ものになる食品		＜緑＞ おもに体の調子を整える ものになる食品		＜黄＞ おもにエネルギーの ものになる食品		エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)			
			1群	2群	3群	4群	5群	6群					
			魚・肉・卵・ 大豆・大豆製品	牛乳・乳製品 小魚・海そう	緑黄色野菜	その他の野菜 果物・きのこ	米・パン めん・いも・砂糖	油脂・種実					
			たんぱく質	無機質	ビタミン・無機質		炭水化物	脂質					
13 金	大皿	ごはん 牛乳 かぼちゃのハートコロッケ	とりにく	ぎゅうにゅう	かぼちゃ	たまねぎ	こめ こむぎこ パンこ さとう	あぶら	840	28.6			
	皿	だいずととりにくのトマトにこみ	とりにく だいず		トマト	にんにく たまねぎ	さとう	オリーブオイル					
	小	コンソメスープ	ベーコン		にんじん パセリ	たまねぎ キャベツ	じゃがいも						
		ココアぎゅうにゅうのもと					さとう	ココア					
16 月	大皿	わかめごはん 牛乳 さばのしおこうじやき	さば	ぎゅうにゅう わかめ			こめ		821	35.6			
	小	ぶたにくとやさいのしょうがに	ぶたにく はんぺん		にんじん さやいんげん	たまねぎ こんにやく しょうが	じゃがいも さとう						
	皿	ゆかりあえ			しそ	キャベツ きゅうり							
		かくチーズ		チーズ									
17 火	大皿	ごはん 牛乳 しらすいりおさかなカツ	たら	ぎゅうにゅう	しらすばし あおのり	たまねぎ	こめ かたくりこ こむぎこ パンこ	あぶら	800	29.4			
	皿	ごもくきんぴら	まぐろあぶらづけ はんぺん		にんじん	ごぼう れんこん	さとう	ごま ごまあぶら					
	小	ちりゅうしよくざいのひ ちりゅうだいずのこじる	ぶたにく だいず みそ あぶらあげ		にんじん はねぎ	だいこん ごぼう はくさい こんにやく しろねぎ							
18 水	大皿	ごはん 牛乳 しゅうまい(3こ)	ぶたにく	ぎゅうにゅう		たまねぎ	こめ こむぎこ		803	34.6			
	小	キムチなべ	ぶたにく とうふ みそ		にんじん にら	はくさいキムチ はくさい だいこん えのきたけ							
	皿	パンパンジーサラダ ごまドレッシング	とりにく			キャベツ もやし きゅうり		ドレッシング					
19 木	大皿	ごはん 牛乳 さんまのみそぎんがみやき	さんま みそ	ぎゅうにゅう			こめ さとう		840	38.6			
	小	なまあげのそぼろに	とりにく なまあげ		にんじん さやいんげん	だいこん たけのこ しめじ たまねぎ	さとう かたくりこ						
	皿	いよかん(生)				いよかん							
20 金	皿	しらたまうどん 牛乳		ぎゅうにゅう			うどん		743	30.7			
	大	みそにこみうどんのしる	とりにく あぶらあげ かまぼこ みそ		にんじん はねぎ	しろねぎ はくさい							
	皿	ちくわのにしよくあげ(2ほん)	ちくわ	あおのり			てんぷらこ	あぶら					
	小	みかわみどりの こんぶあえ	『三河みどり』というきゅうりを使用します。			れんこん きゅうり えだまめ							
		ミニりんごゼリー				りんご	さとう						
24 火	大皿	ごはん 牛乳 あつやきたまご	たまご	ぎゅうにゅう			こめ さとう タピオカこ	あぶら	773	31.5			
	小	ひきずり	とりにく かまぼこ やきとうふ		にんじん はねぎ	はくさい しろねぎ こんにやく	さとう						
	皿	キャベツとこまつなのあえもの しそかつおふりかけ	かつおぶし いわしぶし	のり	こまつな にんじん しそ	キャベツ	さとう さとう	ごま					
25 水	大	ごはん 牛乳		ぎゅうにゅう			こめ		827	33.3			
	小	★えびいりほっぽうさい 【えび】	ぶたにく えび		にんじん チンゲンサイ	はくさい たけのこ たまねぎ きくらげ	かたくりこ さとう						
	皿	はるまき	ぶたにく		にんじん にら	もやし キャベツ エリンギ	こむぎこ コーンスターチ	あぶら					
	皿	にんじんとときりぼしだいこんの キムチサラダ	とりにく		にんじん	きりぼしだいこん はくさいキムチ きゅうり	さとう	ごまあぶら ごま					
26 木	皿	サンドイッチパンズパン 牛乳		ぎゅうにゅう			パン		809	32.9			
	皿	チキンカツ とんかつソース	とりにく	パンにチキンカツと野菜ソテーを はさんで食べましょう。			パンこ こむぎこ	あぶら					
	小	やさしいソー			にんじん	キャベツ							
	大	とうにゅうやさいスープ	ベーコン とうにゅう		にんじん パセリ	たまねぎ キャベツ とうもろこし	じゃがいも						
27 金	大	ごはん 牛乳		ぎゅうにゅう			こめ		841	25.8			
	小	ハヤシチュー	ぶたにく		にんじん	たまねぎ マッシュルーム	じゃがいも さとう	あぶら					
	皿	パンブキンアンサンプルエッグ	とりにく たまご		かぼちゃ		かたくりこ	あぶら					
	皿	せとか(生)	旬のみかんとオレンジをかけあわせた果物です。			せとか							
		ココアぎゅうにゅうのもと					さとう	ココア					
今月の平均		エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂質 (g) (3歳児エネルギーの%)	カルシウム (mg)	マグネシウム (mg)	鉄 (mg)	ビタミン			食物繊維 (g)	食塩 (g)	
		809	26.5		409	111	4.2	A(μg)	B1 (mg)	B2 (mg)	C (mg)		
								289	0.74	0.58	32	6.1	2.8



こんげつ か もく さ わ た し ょ う が っ こ う ねん く み た か ぎ り ょ う た う さん の だいこん は か げつ ち り ょ う ひ な み
 今月は5日(木)に猿渡小学校2年1組高木涼太郎さんの「大根の葉のふりかけ」、9日(月)に知立南
 ちやうがっこ う ねん く み ま い え れ な と い た の
 中学校2年3組今井慧玲南さんの「チョレギサラダ」を取り入れました。お楽しみに！

