

令和8年



2月分 学校給食献立表 (18回)

今治市立大西調理場
(大西小・大西中)

日 (曜)	こ ん だ て め い				栄養価	日 (曜)	こ ん だ て め い				栄養価					
	ちやにくやほねに なるもの	はたらくちからや たいおんになるもの	からだのちょうしを ととのえるもの	上：小学生 下：中学生			ちやにくやほねに なるもの	はたらくちからや たいおんになるもの	からだのちょうしを ととのえるもの	上：小学生 下：中学生						
2 (月)	     「ハリーポッターとひみつのヘヤ」	ぎゅうにゅう かんてん・ひじき あいびきにく ベーコン うずらたまご こなチーズ・チーズ	パン・パンこ じゃがいも でんぶん・はるさめ さとう・アーモンド ごまあぶら・バター カクテルゼリー	623 743	18 (水)	     	ぎゅうにゅう やきどうふ・たい ぶたにく・みそ にくだんご	むぎ・こめ もち・さとう みかんジャム オリーブオイル ごまあぶら	573 720							
3 (火)	    	ぎゅうにゅう・きなこと う・からあげ ローストだいず わかめ・(にぼし) いわし・みそ	こむぎこ・こめ じゃがいも・さとう でんぶん さんおんとう こめあぶら	634 809	19 (木)	    	ぎゅうにゅう こうやどうふ・わかめ (にぼし)・ぶたにく たまご・みそ	むしパンミックス じゃがいも くろざとう ひじょうしよくカレー	625 836							
4 (水)	     	ぎゅうにゅう あつあげ (けずりぶし) まぐろあぶらづけ てんぶら ロースハム・たまご	こめ・じゃがいも さんおんとう さとう・マヨネーズ	618 784	20 (金)	      	ぎゅうにゅう ローストだいず (こんぶ)・ひじき えそすりみ (けずりぶし) かにかまぼこ ぶたにく	こめ・でんぶん さんおんとう こめあぶら マヨネーズ	595 756							
5 (木)	     	ぎゅうにゅう しろいんげんまめペースト きんとときまめ・だいず えび・ベーコン とりにく・たまご	こむぎこ・パン じゃがいも・でんぶん さとう・ごまあぶら こめあぶら・バター	594 729	24 (火)	       	ぎゅうにゅう あつあげ・かつおぶし (にぼし)・ぶり とりにく・みそ	こめ・さといも さとう・さんおんとう	564 727							
6 (金)	      	ぎゅうにゅう・とうふ あぶらあげ・わかめ ひじき・ぎょうめん (けずりぶし) まぐろあぶらづけ とりにく・たまご	こむぎこ・こめ コーンフレーク ながいも・さとう オリーブオイル こめあぶら	586 741	25 (水)	       	ぎゅうにゅう かえりいりこ ぶたにく・ぶたレバー (ガラスープ)	こめ・じょうしんこ じゃがいも・でんぶん くろざとう さんおんとう アーモンド カシューナッツ ごまあぶら・こめあぶら	596 758							
9 (月)	     	ぎゅうにゅう・わかめ (にぼし)・えび えそすりみ・やきぶた とりひきにく (ガラスープ)	パン・ちゅうかめん ぎょうざのかわ でんぶん・さとう ドライアップル オリーブオイル ごまあぶら こめあぶら	570 712	26 (木)	     	ぎゅうにゅう・とうふ ベーコン (ガラスープ) にくだんご	パン・じゃがいも はるさめ・さとう ごまあぶら こめあぶら マスカットゼリー	605 746							
10 (火)	       	ぎゅうにゅう・わかめ やきどうふ あおのりこ (けずりぶし) わかさぎ・たこ ぎゅうにく・たまご	むぎ・こむぎこ こめ・くろざとう さとう・さんおんとう ごま・アーモンド こめあぶら	650 815	27 (金)	     	ぎゅうにゅう しろいんげんまめペースト とうふ・くきわかめ (けずりぶし) かに・ぶたひきにく たまご・みそ	こめ・でんぶん さとう・さんおんとう ごま・オリーブオイル ごまあぶら こめあぶら	598 764							
12 (木)	        	ぎゅうにゅう・だいず ぶたにく・とりにく たまご	こむぎこ・パン パンこ・じゃがいも オリーブオイル こめあぶら	647 793	<div><div>まめす</div><div>「豆」をもっと好きになろう！</div><div>まめ ひ しょうせいかつふそく えいようそ ほうふ ふく せいかつしゅうかんびょうよほう けんこう からだ 豆は、日ごろの食生活で不足しがちな栄養素を豊富に含んでおり、生活習慣病予防 や健康な体づくり に役立ちます。また日本では、お米とともに古くから大切に食べられてきた食品でもあります。</div><div><div>に ほん た まめ</div><div>日本で食べられている豆</div><div><div>だいず 大豆</div><div>あずき 小豆</div><div>ささげ</div><div>いんげん豆</div><div>えんどう</div><div>そら豆</div><div>べにばないんげん</div><div>ひよこ豆</div><div>レンズ豆</div></div></div><div><div>や さい た まめ</div><div>野菜として食べる豆</div><div><div>かんじゆくまえ わか み た</div><div>完熟前の若い実を食べる</div><div><div>えだまめ 枝豆</div><div>だいず 大豆</div><div>グリンピース (えんどう)</div><div>そら豆</div></div></div><div><div>わか た</div><div>若いさやを食べる</div><div><div>さやいんげん</div><div>さやえんどう (えんどう)</div></div></div><div><div>はつが め た</div><div>発芽した芽を食べる</div><div><div>もやし</div><div>だいず りょくとう (大豆・緑豆など)</div><div>とうもろこし 豆苗</div></div></div></div></div>											
13 (金)	      	ぎゅうにゅう・とうふ わかめ (けずりぶし) あいびきにく ぶたひきにく たまご・みそ	パンこ・こめ さつまいも じゃがいも・さとう さんおんとう こめあぶら プリン・マヨネーズ	724 893	16 (月)	        	ぎゅうにゅう しろいんげんまめペースト まぐろあぶらづけ さけ・ロースハム たまご・チーズ (ガラスープ)	パン・じゃがいも でんぶん さんおんとう オリーブオイル ごまあぶら・バター チョコレートクリーム	キャベツ・こまつな たまねぎ・チンゲンサイ とうもろこし・コーンかん にんじん・パセリ レモン	574 691	17 (火)	        	ぎゅうにゅう・とうふ あおのりこ・わかめ しらすぼし えそすりみ (けずりぶし) とりひきにく ぶたにく・たまご	こむぎこ・パンこ こめ・さつまいも でんぶん・さとう さんおんとう ごまあぶら	キャベツ・きゅうり こまつな・だいこん たまねぎ・ピーマン れんこん・えのきだけ にんにく	623 787



今治市では、「学校給食摂取基準」に基づき、身体計測のデータから各学校(学年・クラス)ごとに基準を作成し、給食を提供しています。毎日の栄養価は、小学校は4年生 中学校は1～3年生の提供エネルギー量の平均を記載しています。