

## 2月分 学校給食献立表 (18回)

日 (曜)	こ ん だ て め い	き い ろ	あ か い ろ	み ど り い ろ	水調理 エネルギー kcal	日 (曜)	こ ん だ て め い	き い ろ	あ か い ろ	み ど り い ろ	栄養価 エネルギー kcal	
		はたらくちからや たいおんになるもの	ちやにくやはねに なるもの	からだのちょうしを ととのえるもの				はたらくちからや たいおんになるもの	ちやにくやはねに なるもの	からだのちょうしを ととのえるもの		
2 (月)	とうふハンバーグ だいこん サラダ さつまいも リゾット コッペパン	パン・パンこ こめ・さつまいも さとう・ごま オリーブオイル あぶら	ぎゅうにゅう だいす・とうふ おから・ひじき かつおぶし・たまご ぶたにく・ベーコン とりにく・チーズ (ガラスープ)	みずな・だいこん たまねぎ・とうもろこし ねぎ・はくさい レタス・レモン	594	18 (水)	ごはん ココア ピニーズ あかしそ あえ きせいどうふ つみれなべ	こめ・さとう アーモンド あぶら	ぎゅうにゅう とうふ・だいす しらすぼし・たまご じやこボール ぶたにく・とりにく (ガラスープ)・(こんぶ)	グリンピース・キャベツ きゅうり・あかしそ しゅんぎく・にんじん しろねぎ・ねぎ・しめじ はくさい・しいたけ	600	
3 (火)	せつぶんまめ ごはん こまつなのおひたし いわしのかばあげ けんちんじる 節分 をつくろう	こむぎこ・こめ さといも・でんぶん さとう・ごまあぶら あぶら	ぎゅうにゅう とうふ・あぶらあげ せつぶんまめ いわし・しらすぼし ちくわ・(にほし)	こまつな・だいこん にんじん・しろねぎ ごぼう・もやし しめじ・しょうが	612	19 (木)	にんじんの タルタル ソース たいかつ こうじさんの シャキシャキ サラダ もちむぎの ベジタブル スープ IMABARI ORGANIC マヨネーズ バーガーをつくろう!	パン・もちむぎ こむぎこ・パンこ はちみつ・あぶら オリーブオイル たまご (ガラスープ)	ぎゅうにゅう しろいんげんまめ たい・ベーコン たまご	キャベツ・みずな こまつな・だいこん たまねぎ・にんじん ブロッコリー・レタス レモン・しいたけ	607	
4 (水)	ごはん こうやどうぶの おかげ とりにくとレモンの かきあげ かみなりじる	こめ・こむぎこ じょうしんこ じやがいも・さとう ごまあぶら あぶら	ぎゅうにゅう とうふ・かつおぶし こうやどうぶ てんぶら・とりにく たまご (けずりぶし)	ごぼう・こまつな だいこん・たまねぎ にんじん・はくさい しろねぎ・みずな レモン	600	20 (金)	ごはん じゃがいもと くらげのナムル さばのビリからやき マーボー ラーメン	こめ・ちゅうかめん じやがいも・さとう でんぶん・ごま ごまあぶら あぶら	ぎゅうにゅう だいす・とうふ さば・ぶたにく ちゅうかくらげ ぶたレバー・みそ	キャベツ・たけのこ たまねぎ・チングンサイ にんじん・ねぎ きくらげ・しいたけ しょうが・にんにく	628	
5 (木)	ほうれんそう グラタン ごまじやこ サラダ コッペパン レンズまめ スープ カルシウムの日	パン・こむぎこ パンこ・さつまいも じやがいも・さとう ごま オリーブオイル バター	ぎゅうにゅう レンズまめ・チーズ しらすぼし ベーコン (ガラスープ)	キャベツ・きゅうり たまねぎ・とうもろこし にんじん・パセリ ほうれんそう エリンギ・レモン	585	24 (火)	ごはん こまつなしめじの おろしあえ くわきかめとえびの いもたき いままで 今治FCコラボ給食	こめ・こむぎこ さつまいも さといも・さとう ごま・あぶら	ぎゅうにゅう あつあげ・えび くわきかめ まぐろあぶらづけ かえりいりこ とりにく・たまご (にほし)	ごぼう・こまつな だいこん・たまねぎ にんじん・ねぎ しいたけ・しめじ えのきだけ	606	
6 (金)	ごはん やさいのにびたし えびつくね しこうのとんじる	こめ こむぎこ でんぶん さとう ごまあぶら	ぎゅうにゅう とうふ・あつあげ えぞすりみ・えび ぶたにく・たまご みそ (けずりぶし)	こんにゃく・だいこん こまつな・しょうが たまねぎ・にんじん しろねぎ・ににく きくらげ・しいたけ しめじ・ごぼう・もやし	575	25 (水)	むぎごはん やさいとハムの ごまますあえ わかさぎの いそべあげ	こめ・むぎ こむぎこ・でんぶん さとう・ごま ごまあぶら あぶら	ぎゅうにゅう とうふ・あおのりこ ひじき・わかさぎ ロースハム・たまご とりにく・(こんぶ) (けずりぶし)	きゅうり・こまつな にんじん・ねぎ もやし・しょうが たまねぎ・たけのこ	567	
9 (月)	やきコロッケ ツナ サラダ とうにゅう コーンシチュー	パン・こむぎこ マカロニ じやがいも・あぶら さとう・バター	ぎゅうにゅう しろいんげんまめ とうにゅう まぐろあぶらづけ とりにく	キャベツ・きゅうり たまねぎ・とうもろこし コーンかん・にんじん パセリ・ブロッコリー レタス・レモン マッシュルーム	604	26 (木)	ライスグラタン きりばしだいこんの サラダ しおぶた カレーポトフ コッペパン しみずしょうがっこう きゅうしょく 清水小学校の給食はありません	パン・こむぎこ こめ・じやがいも さとう・あぶら オリーブオイル バター	ぎゅうにゅう しろいんげんまめ だいす・とうにゅう しらすぼし・チーズ ぶたにく・とりにく (ガラスープ)	えだまめ・キャベツ こまつな・だいこん きりばしだいこん たまねぎ・パセリ レタス・ににく にんじん	569	
10 (火)	はくさいの からしづけ いよびじんと じとりのおむすび さけの ごまねーすやき もずくじる おむすびをつくろう!	こめ・さといも さとう・ごま あぶら マヨネーズ	ぎゅうにゅう とうふ・からあげ もずく・かつおぶし さけ・ぶたにく とりにく (けずりぶし)	ごぼう・こまつな たくあんづけ・たまねぎ にんじん・ねぎ・もやし はくさい・パセリ しめじ・えのきだけ しいたけ・しょうが	590	27 (金)	ごはん ぶたにくの こんぶいため だいすとひきにくの おとしあげ しみずしょうがっこう きゅうしょく 清水小学校の給食はありません	こめ・こむぎこ さつまいも でんぶん・さとう あぶら	ぎゅうにゅう だいす・あぶらあげ こんぶ・ぶたにく とりにく みそ (けずりぶし)	ごぼう・たまねぎ にんじん・ねぎ れんこん・ながねぎ はくさい・えのきだけ しょうが	658	
12 (木)	キャラメルクリーム レバーとさつまいもの ケチャップに コッペパン ピースの日	パン・さつまいも じやがいも でんぶん・さとう オリーブオイル キャラメルクリーム あぶら	ぎゅうにゅう だいす・レンズまめ なると・とりレバー (こんぶ) (ガラスープ)	えだまめ・きゅうり こまつな・たけのこ とうもろこし・ビーマン もやし・レタス・しめじ	664	2月3日 節分	ねん こう ねが せつ ぶん じ 1年の幸福を願う「節分」の行事	ふく まめ 福豆	よくかんで 食べよう!	2026年の 東方は 「南南東」	かわいいキャラクターによる「1年の幸福を願う「節分」の行事」の説明文。主な内容は立春の前日に当たる節分は古くから豆まきをしたり、ヒイラギイワシ(ヤイカガシ)を玄関に飾ったりして、病気や災難を起こす「鬼(邪氣)」を追い払い、年の運び替わります。最近では、「恵方巻き」が店頭に並ぶようになりました。	569
13 (金)	フレンチサラダ むぎごはん ぐだぐさんオムレツ	こめ・むぎ じやがいも・さとう オリーブオイル カレールウ	ぎゅうにゅう しろいんげんまめ とうふ・たまご まぐろあぶらづけ にくだんご (ガラスープ)	キャベツ・きゅうり たまねぎ・とうもろこし にんじん・ねぎ えのきだけ グリンピース	634		ねん こう ねが せつ ぶん じ 1年の幸福を願う「節分」の行事	ふく まめ 福豆	よくかんで 食べよう!	2026年の 東方は 「南南東」	かわいいキャラクターによる「1年の幸福を願う「節分」の行事」の説明文。主な内容は立春の前日に当たる節分は古くから豆まきをしたり、ヒイラギイワシ(ヤイカガシ)を玄関に飾ったりして、病気や災難を起こす「鬼(邪氣)」を追い払い、年の運び替わります。最近では、「恵方巻き」が店頭に並ぶようになりました。	569
16 (月)	とりにくとやさいの チーズやき こまつなと かにかまの サラダ コッペパン アルファベット スープ	パン・マカロニ じやがいも さとう・ごま あぶら オリーブオイル	ぎゅうにゅう だいす・ぶたにく とりにく・チーズ かにかまぼこ (ガラスープ)	キャベツ・きゅうり みずな・こまつな たまねぎ・だいこん とうもろこし・にんじん プロッコリー・しめじ	572		ねん こう ねが せつ ぶん じ 1年の幸福を願う「節分」の行事	ふく まめ 福豆	よくかんで 食べよう!	2026年の 東方は 「南南東」	かわいいキャラクターによる「1年の幸福を願う「節分」の行事」の説明文。主な内容は立春の前日に当たる節分は古くから豆まきをしたり、ヒイラギイワシ(ヤイカガシ)を玄関に飾ったりして、病気や災難を起こす「鬼(邪氣)」を追い払い、年の運び替わります。最近では、「恵方巻き」が店頭に並ぶようになりました。	569
17 (火)	あいあいいまぱり i.i.imabari! ブランド給食 れんこんの しおレモンきんぴら かぼちゃの みそしる パリパリせんざんき	こめ・こめこ でんぶん・さとう オリーブオイル あぶら	ぎゅうにゅう あぶらあげ わかめ・とりにく みそ (にほし)	かぼちゃ・こまつな たまねぎ・にんじん ねぎ・プロッコリー れんこん・レモン えのきだけ・にんにく しょうが	608		ねん こう ねが せつ ぶん じ 1年の幸福を願う「節分」の行事	え ほ ま 恵方巻き	よくかんで 食べよう!	2026年の 東方は 「南南東」	かわいいキャラクターによる「1年の幸福を願う「節分」の行事」の説明文。主な内容は立春の前日に当たる節分は古くから豆まきをしたり、ヒイラギイワシ(ヤイカガシ)を玄関に飾ったりして、病気や災難を起こす「鬼(邪氣)」を追い払い、年の運び替わります。最近では、「恵方巻き」が店頭に並ぶようになりました。	569

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、4年生の1食分のエネルギー量を記載しています。

※ 材料の都合により、献立を変更することがあります。

イラスト:学校給食(2026年1月号)