令和8年

# 2月分　学校給食献立表　（18回）

今治市立夢づくり調理場
（日高小・乃万小・南中・西中）

| 日（曜） | こんだてめい | あかいろ ちやにくやほねになるもの | きいろ はたらくちからやたいおんになるもの | みどりいろ からだのちょうしをととのえるもの | 栄養価 上：小学生 下：中学生 |
|---|---|---|---|---|---|
| 2（月） | ごはん<br>れんこんのしおレモンきんぴら<br>こうやどうふとポテトのあまからに<br>ゆきみなべ<br>i.i.imabari！ブランド給食 | ぎゅうにゅう<br>こうやどうふ<br>ぶたにく<br>（こんぶ）<br>（かつおぶし） | こめ・こむぎこ<br>もち・じゃがいも<br>でんぷん・さとう<br>こめあぶら | さやいんげん・みずな<br>だいこん・にんじん<br>しろねぎ・はくさい<br>ブロッコリー・れんこん<br>レモン | 613<br>765 |
| 3（火） | むぎごはん<br>はくさいのおかかあえ<br>ふくふくまめ<br>いわしのかばやき<br>さつまいもとだいこんのみそしる<br>ピースの日 | ぎゅうにゅう<br>きなこ・とうふ<br>あぶらあげ<br>ローストだいず<br>わかめ・いわし<br>かつおぶし・みそ<br>（かつおぶし） | むぎ・こめ<br>こむぎこ・さつまいも<br>でんぷん・さとう<br>ごま・こめあぶら<br>節分献立 | キャベツ・だいこん<br>たまねぎ・にんじん<br>はくさい・もやし<br>えのきだけ・しょうが | 687<br>855 |
| 4（水） | キャベツとひきにくのかさねやき<br>コッペパン<br>マカロニポテトサラダ<br>もずくスープ | ぎゅうにゅう<br>だいず・とうふ<br>もずく・ぶたひきにく<br>ロースハム<br>とりささみ・チーズ | パン・マカロニ<br>パンこ・じゃがいも<br>でんぷん・さとう<br>こめあぶら | キャベツ・きゅうり<br>だいこん・たまねぎ<br>とうもろこし・にんじん<br>にんにく | 533<br>655 |
| 5（木） | ひじきごはん<br>キャベツのごまずあえ<br>とうふナゲット<br>だいこんのとろとろじる | ぎゅうにゅう<br>とうふ・あぶらあげ<br>ひじき・ぶたにく<br>まぐろあぶらづけ<br>かにかまぼこ・たまご<br>とりひきにく<br>（かつおぶし） | こめ・こむぎこ<br>でんぷん・さとう<br>ごま・ごまあぶら<br>こめあぶら<br>マヨネーズ | こんにゃく・えだまめ<br>キャベツ・ごぼう<br>こまつな・だいこん<br>たまねぎ・にんじん<br>しろねぎ・はくさい<br>もやし・ほししいたけ | 603<br>752 |
| 6（金） | スパニッシュオムレツ<br>アップルパン<br>グリーンサラダ<br>はくさいのクリームに | ぎゅうにゅう<br>しろいんげんまめ<br>しろいんげんまめペースト<br>だいず・とうにゅう<br>わかめ・とりささみ<br>ぶたひきにく<br>たまご・みそ | パン・こむぎこ<br>じゃがいも・さとう<br>ドライアップル<br>こめあぶら・バター | グリンピース・キャベツ<br>きゅうり・こまつな<br>たまねぎ・とうもろこし<br>トマトかん・にんじん<br>はくさい・レタス<br>ほししいたけ・しめじ<br>しょうが・にんにく | 579<br>717 |
| 9（月） | ごはん<br>とうふのちゅうかサラダ<br>レバーのあまずあんかけ<br>はるさめスープ | ぎゅうにゅう<br>だいず・とうふ<br>わかめ<br>とりひきにく<br>とりレバー | こめ・じゃがいも<br>でんぷん・はるさめ<br>さとう・ごま<br>ごまあぶら<br>こめあぶら | えだまめ・キャベツ<br>こまつな・たまねぎ<br>とうもろこし・にんじん<br>レタス・きくらげ<br>しょうが | 572<br>720 |
| 10（火） | ごはん<br>あかしそあえ<br>だいずとえそのつくねあげ<br>いもたき<br>FC今治コラボ給食 | ぎゅうにゅう<br>だいず・とうふ<br>あつあげ<br>えそすりみ・とりにく<br>たまご・（にぼし） | こめ・パンこ<br>さといも・でんぷん<br>さとう・ごま<br>こめあぶら | こんにゃく・キャベツ<br>ごぼう・あかしそ<br>たまねぎ・にんじん<br>ねぎ・もやし<br>ほししいたけ | 627<br>777 |
| 12（木） | むぎごはん<br>だいこんのすのもの<br>ホキとじゃがいものねぎみそソース<br>おやこどんぶり<br>かけてたべてね | ぎゅうにゅう<br>こうやどうふ・わかめ<br>ホキ・とりにく<br>たまご・みそ<br>（かつおぶし） | むぎ・こめ<br>じゃがいも・こむぎこ<br>でんぷん・さとう<br>ごまあぶら<br>こめあぶら | かんぴょう・キャベツ<br>だいこん・たまねぎ<br>にんじん・しろねぎ<br>えのきだけ<br>ほししいたけ・しょうが<br>にんにく | 623<br>774 |
| 13（金） | なんちゃってメンチカツ<br>コッペパン<br>チョコレートクリーム<br>コールスローサラダ<br>カレーミネストローネ<br>ラッキーにんじん「ハート♡」 | ぎゅうにゅう<br>しろいんげんまめ<br>だいず・とうふ<br>ひじき・ぶたにく<br>ぶたひきにく<br>とりひきにく<br>たまご・こなチーズ | パン・パンこ・もち<br>さとう・こめあぶら<br>チョコレートクリーム<br>マヨネーズ | キャベツ・きゅうり<br>だいこん・たまねぎ<br>とうもろこし・にんじん<br>はくさい・パセリ<br>レタス・にんにく | 660<br>801 |
| 16（月） | ごはん<br>じゃがいものすのもの<br>きりぼしだいこんのたまごやき<br>にくだんごのピリからスープ | ぎゅうにゅう<br>しろいんげんまめペースト<br>だいず・とうにゅう<br>まぐろあぶらづけ<br>ロースハム・たまご<br>みそ・にくだんご | こめ・じゃがいも<br>でんぷん・さとう<br>ごま・ごまあぶら<br>こめあぶら | きゅうり・こまつな<br>だいこん<br>きりぼしだいこん<br>たまねぎ・ねぎ・きくらげ<br>トマトジュース・にんじん<br>ほししいたけ・しょうが | 618<br>773 |
| 17（火） | ごはん<br>からしあえ<br>いまばりさんまだいのなたねやき<br>だいずいりにくじゃが | ぎゅうにゅう<br>しろいんげんまめペースト<br>だいず・たい<br>ぶたにく<br>（かつおぶし） | こめ・じゃがいも<br>さとう・こめあぶら<br>マヨネーズ | いとこんにゃく<br>さやいんげん・ごぼう<br>こまつな・たまねぎ<br>とうもろこし・にんじん<br>はくさい・パセリ・もやし | 581<br>712 |
| 18（水） | ぶたにくのしょうがいため<br>あげパン<br>かみかみサラダ<br>やきプリンタルト<br>ABCスープ<br>卒業生リクエスト献立 | ぎゅうにゅう<br>だいず・きなこ<br>さきいか・ぶたにく<br>みそ | パン・マカロニ<br>さとう・ごま<br>ごまあぶら<br>こめあぶら<br>やきプリンタルト | キャベツ・きゅうり<br>たまねぎ・にんじん<br>はくさい・パセリ<br>しょうが | 640<br>789 |
| 19（木） | げんりょうごまごはん<br>スタミナサラダ<br>あげささみのレモンに<br>はかたのしおラーメン<br>卒業生リクエスト献立 | ぎゅうにゅう・わかめ<br>ぶたにく<br>とりささみ | こめ・こむぎこ<br>ちゅうかめん<br>でんぷん・さとう<br>ごま・ごまあぶら<br>こめあぶら | キャベツ・きゅうり<br>とうもろこし・トマト<br>にんじん・ねぎ・もやし<br>レタス・レモン<br>しょうが・にんにく | 599<br>742 |
| 20（金） | おからのコロッケ<br>コッペパン<br>しょうゆドレッシングサラダ<br>コーンスープ | ぎゅうにゅう・だいず<br>おから・わかめ<br>ベーコン<br>とりひきにく<br>たまご | パン・こむぎこ<br>パンこ・じゃがいも<br>さとう・こめあぶら<br>マヨネーズ | キャベツ・きゅうり<br>こまつな・だいこん<br>たまねぎ・とうもろこし<br>コーンかん・にんじん | 612<br>746 |
| 24（火） | キムチチャーハン<br>なすとツナのサラダ<br>からあげ<br>フルーツしらたま<br>卒業生リクエスト献立 | ぎゅうにゅう<br>だいず<br>まぐろあぶらづけ<br>ぶたにく・とりにく | こめ・こむぎこ<br>しらたまだんご<br>でんぷん・さとう<br>ごまあぶら<br>こめあぶら<br>マスカットゼリー<br>アロエデザート | こまつな・たまねぎ<br>レッドオニオン・なす<br>にんじん・ねぎ・キムチ<br>みかんかん・パインかん<br>レモン・しょうが<br>にんにく | 637<br>767 |
| 25（水） | なのはなグラタン<br>コッペパン<br>ほねぶとサラダ<br>コンソメスープ<br>カルシウムの日 | ぎゅうにゅう<br>だいず・とうにゅう<br>ひよこまめ<br>レンズまめ・ひじき<br>しらすぼし・チーズ<br>ぶたにく・とりにく | パン・こむぎこ<br>マカロニ・パンこ<br>じゃがいも・さとう<br>こめあぶら・バター | キャベツ・こまつな<br>たまねぎ・とうもろこし<br>なのはな・にんじん<br>はくさい・しめじ<br>にんにく | 550<br>675 |
| 26（木） | ひじょうしょくカレー<br>きりぼしだいこんのごまあえ<br>りんご<br>さつまいものマフィン<br>ぼうさいとんじる | ぎゅうにゅう<br>あぶらあげ<br>こうやどうふ・わかめ<br>ひじき・ぶたにく<br>たまご・みそ<br>（にぼし） | ホットケーキミックス<br>さつまいも<br>じゃがいも・さとう<br>すりごま<br>こめあぶら・バター<br>ひじょうしょくようカレー | こんにゃく・キャベツ<br>だいこん<br>きりぼしだいこん<br>にんじん・りんご<br>ほししいたけ | 626<br>821 |
| 27（金） | はるキャベツのチーズハンバーグ<br>バーガーパン<br>はさんでたべてね<br>キャロットポテトサラダ<br>レタスとたまごのスープ<br>有機野菜バーガー給食 | ぎゅうにゅう<br>だいず・ひよこまめ<br>ぶたにく・たまご<br>ぶたひきにく<br>ロースハム・チーズ<br>とりひきにく<br>なまクリーム | パン・パンこ<br>じゃがいも・でんぷん<br>さとう・こめあぶら<br>バター・マヨネーズ | キャベツ・きゅうり<br>たまねぎ・にんじん<br>レタス・ほししいたけ<br>しょうが・にんにく | 619<br>755 |

行事食がたくさんあります！

## 2月の献立について

### 2月3日 節分献立

２月３日は「節分」です。節分の日には豆をまいて鬼を追い払う行事があります。豆をまくと、鬼（邪気）を追い払うことができると言われています。

また、いわしの匂いは鬼が嫌うとしてヒイラギ（トゲトゲした木）にいわしを刺し、戸口に飾る地域もあります。

★　いわしや節分豆が登場します　★

### 2月26日 非常食体験給食

もしも、災害があったら、…そんな場面を想定して、調理場では人数分の非常食（レトルトカレー）を備蓄しています。

幸いなことに今まで使う機会がなかったので、今月登場することになりました。非常時の食事について体験する機会になればいいと思います。

### 2月18・19・24日 卒業生リクエスト給食

小学校６年生、中学校３年生にもう一度食べたい献立についてアンケートをとりました。全学校通じて、人気の高かった献立は、揚げパン、からあげ、かみかみサラダでした。

人気の高かった献立を組み合わせた「リクエスト給食」が登場します。お楽しみに！

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。

※　おはしは洗って毎日持ってきてください。

※　材料の都合により、献立を変更することがあります。