

令和8年2月



# 2月献立表



入善町教育委員会  
入善町立黒東小学校

当番	日曜	献立名	おもな材料とその働き					
			赤：おもに体の組織をつくる		緑：おもに体の調子を整える		黄：おもにエネルギーとなる	
			1群	2群	3群	4群	5群	6群
B	2月	ごはん ギゆうにゆう ★ふりかけ給食の日★ にくだんごスープ ふりかけ ツナいりたまごやき ごまあえ	とりにく ぶたにく もめんどろふ ツナ たまご	ぎゆうにゆう のり	にんじん こまつな	しめじ たまねぎ しょうが にんにく キャベツ きゅうり	★こめ さとう	こめあぶら ごま
	3火	だいずいりわかめごはん ギゆうにゆう けんちんじる ★せつぶんメニュー★ いわしのからあげ れんこんサラダ	★だいず もめんどろふ いわし ★みそ	ぎゆうにゆう わかめ	にんじん	だいこん ごぼう れんこん キャベツ とうもろこし	★こめ こんにやく でんぶん	ごまあぶら こめあぶら たまごなしマヨネーズ
	4水	ごはん ギゆうにゆう かぶのクリームに ぶたにくのアーモンドいため ゆでやさい	ベーコン ぶたにく	ぎゆうにゆう なまクリーム	にんじん ピーマン ブロッコリー	かぶ しめじ たまねぎ キャベツ	★こめ じゃがいも こめこ でんぶん	こめあぶら アーモンド
	5木	ごはん ギゆうにゆう かすじる さばのしおやき ゆかりあえ	ぶたにく さば ★みそ	ぎゆうにゆう	にんじん あかしそ	だいこん ★ねぎ はくさい きゅうり	★こめ こんにやく さつまいも	
	6金	ごはん ギゆうにゆう とうふとえのきのすましじる ゆずしょうゆあえ ぶたにくとこうやどうふのあまみそがらめ	もめんどろふ ぶたにく ★みそ こうやどうふ	ぎゆうにゆう わかめ	にんじん こまつな	えのき だいこん ★ねぎ しょうが はくさい ゆず	★こめ でんぶん さとう	こめあぶら
A	9月	ごはん ギゆうにゆう のっぺいじる ししゃもフライ さんしょくおひたし	やきどうふ ししゃも	ぎゆうにゆう	にんじん こまつな	ごぼう ★ねぎ もやし	★こめ さといも こんにやく でんぶん パンこ こむぎこ	こめあぶら ごま
	10火	ごはん ギゆうにゆう くきわかめスープ チーズタッカルビふう かふうあえ	ぶたにく もめんどろふ とりにく ★みそ	ぎゆうにゆう くきわかめ チーズ	にんじん	はくさい ★ねぎ にんにく しょうが キャベツ もやし きゅうり	★こめ	ごまあぶら
	11水	 けんこくきねん 建国記念の日						
	12木	ごはん ギゆうにゆう サンラータン ユーリンチー そえやさい	とりにく たまご	ぎゆうにゆう	にんじん こまつな	たけのこ ★ねぎ にんにく しょうが キャベツ きゅうり	★こめ はるさめ でんぶん こめこ さとう	こめあぶら ごまあぶら
	13金	ごはん ギゆうにゆう ぐだくさんポトフ さけのこうそうやき ビーフンソテー さつまいもとくりのタルト	ウインナー さけ ぶたにく	ぎゆうにゆう	にんじん チンゲンサイ パセリ バジル	だいこん しめじ たまねぎ キャベツ にんにく	★こめ ピーフン タルト	こめあぶら オリーブあぶら
A	16月	ごはん ギゆうにゆう ミネストローネ ハムステーキ フレンチサラダ	とりにく ハム	ぎゆうにゆう	にんじん	たまねぎ セロリー キャベツ きゅうり とうもろこし	★こめ じゃがいも マカロニ さとう	こめあぶら
	17火	ごはん ギゆうにゆう ゴロゴロなんばんに ちくわのいそべあげ きざみづけ	とりにく ちくわ ★みそ	ぎゆうにゆう あおのり	にんじん こまつな	にんにく たけのこ たまねぎ しめじ キャベツ もやし	★こめ さとう じゃがいも でんぶん こむぎこ	ごまあぶら こめあぶら
	18水	ごはん ギゆうにゆう カレースープ とりのてりやき ヤーコンサラダ	ベーコン とりにく	ぎゆうにゆう	にんじん さやいんげん トマト	たまねぎ しょうが キャベツ きゅうり	★こめ じゃがいも ★ヤーコン さとう	こめあぶら カレールウ
	19木	～New暦の日～ くろまいごはん ギゆうにゆう にゆうぜんこんこんじる あかうおのたつたあげ だいずとひじきのあえもの	ぶたにく うすあげ ★みそ ★だいず あかうお	ぎゆうにゆう ひじき	にんじん こまつな	だいこん れんこん ごぼう ★ねぎ しょうが キャベツ しめじ	★こめ ★くろまい でんぶん こめこ さつまいも	こめあぶら ごまあぶら ごま
	20金	入善とみさん(富×3)の日 ごはん ギゆうにゆう ごもくみそじる わふうハンバーグ キャベツのあまずあえ かぼちゃのマフィン	もめんどろふ ぎゆうにゆう ★みそ ぶたにく	ぎゆうにゆう	にんじん こまつな	えのき だいこん たまねぎ キャベツ きゅうり	★こめ でんぶん パンこ さとう マフィン	ごまあぶら マーガリン
B	23月	 てんのうたんじょうび 天皇誕生日						
	24火	ごはん ギゆうにゆう ワントンスープ ホイコーロー こふきいも	とりにく ぶたにく あつあげ あかみそ ★みそ	ぎゆうにゆう	にんじん ピーマン	はくさい もやし しょうが にんにく キャベツ ねぎ	★こめ さとう ワントン でんぶん じゃがいも	こめあぶら
	25水	ごはん ギゆうにゆう はくさいなべ ふくらぎのねぎみそやき はりはりあえ	ぶたにく もめんどろふ ふくらぎ ★みそ	ぎゆうにゆう わかめ	にんじん	はくさい ねぎ しょうが きゅうり きりぼしだいこん	★こめ こんにやく さとう	ごまあぶら
	26木	しょうごはん ギゆうにゆう カレーうどん かきあげ しゃきしゃきあえ みかんクレープ	ぶたにく たまご	ぎゆうにゆう	にんじん グリーンピース みずな かぼちゃ	たまねぎ キャベツ もやし きゅうり だいこん	★こめ うどん クレープ じゃがいも さとう こむぎこ みずあめ	こめあぶら カレールウ
	27金	ごはん ギゆうにゆう ジャージャンどうふ ポークシューマイ はるさめサラダ	ぶたにく あつあげ ★みそ	ぎゆうにゆう	にんじん	しょうが たけのこ たまねぎ キャベツ きゅうり	★こめ でんぶん こむぎこ さとう はるさめ	こめあぶら ごまあぶら

※都合により献立を変更することがあります。

今月の地場産食材(★印)：こめ(ふふふ)・くろまい・みそ・だいず・ねぎ・ヤーコン