

《2026年2月分 学校給食 献立及び材料表》

小学校中学年

関市学校給食センター (単位:グラム)

日	2月2日月	2月3日 火	2月4日 水	2月5日 木	2月6日 金	2月9日月	2月10日 火	2月12日 木	2月13日 金
献立及び材料 (小学校中学年)	麦ごはん	麦ごはん	黒コッペパン	麦ごはん	麦ごはん	麦ごはん	ソフト麺	麦ごはん	麦ごはん
	精米 70	精米 70	黒パン(粉55g) 55	精米 70	精米 70	精米 70	ソフト麺(粉80g) 80	精米 70	精米 70
	米粒麦 7	米粒麦 7	牛乳200ml	米粒麦 7	米粒麦 7	米粒麦 7	牛乳200ml	米粒麦 7	米粒麦 7
	牛乳200ml	牛乳200ml	牛乳200ml 206	牛乳200ml	牛乳200ml	牛乳200ml	牛乳200ml 206	牛乳200ml	牛乳200ml
	牛乳200ml 206	牛乳200ml 206	チーズ入りオムレツ	牛乳200ml 206	牛乳200ml 206	牛乳200ml 206	キャラメル風味の揚げパン	牛乳200ml 206	牛乳200ml 206
	はるまき	いわしの梅煮	チーズ入りスペイン風オムレツ 50	大豆ハンバーグのしょうがだれ	にんしの竜田揚げ	焼きギョウザ	卵なしロールパン 30	さわらの山椒焼き	れんこんチップス
	はるまき 35	いわし梅煮 40	かぼちやの豆乳スープ	大豆ハンバーグ 50	にん下味かたくり粉付き 50	ごま不使用ギョウザ 34	なたね油 3	さわら山椒漬け 50	れんこん 45
	なたね油 3.5	根菜みそ汁	なたね油 0.3	三温糖 2	なたね油 5	マーボー豆腐	キャラメル粉末 3	みそ汁	なたね油 4.5
	わかめスープ	にんじん 10	鶏むね肉 10	こいくちしょうゆ 2.5	野菜入りじんだ汁	なたね油 0.25	グラニュー糖 3	水 110	ハヤシライス
	水 130	ごぼう 15	白ワイン 0.4	みりん 1	水 115	おろしにんにく 0.4	ツナトマトソース	にんじん 5	なたね油 0.25
	たまねぎ 30	さといも 20	こしょう 0.01	おろししょうが 0.8	にんじん 8	おろししょうが 0.4	なたね油 0.3	ごぼう 15	おろしにんにく 0.5
	にんじん 10	れんこん 15	たまねぎ 20	かたくり粉 0.3	だいこん 15	トウバンジャン 0.2	おろしにんにく 0.1	だいこん 20	豚もも肉 25
	とうもろこし 10	水 110	かぼちや 25	水 3	じゃがいも 15	豚ミンチ 20	たまねぎ 40	豆腐 20	にんじん 15
	塩 0.3	孫六みそ 2	水 110	沢煮椀	油揚げ 3	たまねぎ 40	にんじん 15	豆みそ 8	たまねぎ 40
	中華だし 2.5	ミックスみそ 6	スープストック 1.2	なたね油 0.3	豆腐 20	たけのこ 15	三温糖 0.5	溶き水 13	じゃがいも 25
	乾燥わかめ 0.5	溶き水 13	白いんげん豆ペースト 10	豚もも肉 10	大豆ペースト 15	水 20	塩 0.4	液体だし 1.1	マッシュルーム 5
	ねぎ 5	液体だし 1.1	豆乳 20	料理酒 0.2	うすくちしょうゆ 4.6	三温糖 1	こしょう 0.01	油揚げ 3	こしょう 0.01
	中華丼の具	こまつな 5	米粉ホワイトルウ 6	ごぼう 12	液体だし 1.5	塩 0.12	スープストック 1	乾燥わかめ 0.5	スープストック 1
	なたね油 0.3	だいこんのそぼろ煮	溶き水 10	だいこん 25	ねぎ 5	中華だし 1	トマトピューレー 10	韓国風肉じゃが	水 84
	おろししょうが 0.25	なたね油 0.3	チンゲンサイ 10	にんじん 10	もやしとこまつなのおかかあえ	豆みそ 3	トマトケチャップ 10	なたね油 0.25	ハヤシベース 14
	豚もも肉 25	おろししょうが 0.3	コールスローサラダ	水 130	りょくとうもやし 40	こいくちしょうゆ 3.3	トマト水煮 25	おろしにんにく 0.2	溶き水 26
	たけのこ 8	豚ミンチ 15	キャベツ 35	こんにやく 12	こまつな 10	料理酒 2	水 67	コチジャン 0.3	ごぼうとキャベツのサラダ
	乾しいたけ 0.3	だいこん 40	にんじん 10	うすくちしょうゆ 4	花かつお 0.5	冷凍豆腐 60	まぐろ油漬け 20	豚もも肉 15	ごぼう 20
	白菜 28	三温糖 1.8	きゅうり 5	塩 0.1	こいくちしょうゆ 2	かたくり粉 1	オレガノチップ 0.01	たまねぎ 25	むき枝豆 8
	りょくとうもやし 35	うすくちしょうゆ 3	コールスロードレッシングボトル 8	こしょう 0.01	三温糖 0.7	溶き水 4.5	米粉 2.5	じゃがいも 50	キャベツ 20
	中華だし 1	みりん 1		液体だし 1.5	ねぎ 3	ねぎ 5	溶き水 8	三温糖 3	ごまドレッシングボトル 10
	こいくちしょうゆ 2.3	液体だし 0.5		ねぎ 3		ごま油 0.3	ブロッコリーサラダ	こいくちしょうゆ 4.8	
	料理酒 0.5	厚揚げ(小) 15		高野豆腐の煮物		れんこんサラダ	ブロッコリー 40	料理酒 1	
	なると 8	いんげん 5		なたね油 0.25		れんこん 30	とうもろこし 5	にら 3	
	ごま油 0.4	納豆		たまねぎ 25		きゅうり 10	青じそドレッシング	ごま油 0.5	
	かたくり粉 0.7	納豆 30		乾しいたけ 0.5		にんじん 5	佃煮青じそドレッシング	花かつお 0.5	
	溶き水 2	(たれ・からし付き)		水 35		中華ドレッシングボトル 5			
				三温糖 2		三温糖 1			
				塩 0.1		塩 0.2			
				みりん 0.5					
				こいくちしょうゆ 2					
				液体だし 1					
				いんげん 5					
				高野豆腐 8					
	エネルギー 塩分	エネルギー 塩分	エネルギー 塩分	エネルギー 塩分	エネルギー 塩分	エネルギー 塩分	エネルギー 塩分	エネルギー 塩分	エネルギー 塩分
	638 2.2	660 2.2	613 2.7	635 2.4	614 1.7	614 1.9	654 2.5	641 2.4	663 1.8

日	2月16日月	2月17日 火	2月18日 水	2月19日 木	2月20日 金	2月24日 火	2月25日 水	2月26日 木	2月27日 金
献立及び材料 (小学校中学年)	麦ごはん	麦ごはん	食パン	麦ごはん	麦ごはん	黒豆入りちらし寿司	コッペパン	麦ごはん	麦ごはん
	精米 70	精米 70	普通パン(粉65g) 65	精米 70	精米 70	なたね油 0.3	普通パン(粉55g) 55	精米 70	精米 70
	米粒麦 7	米粒麦 7	牛乳200ml	米粒麦 7	米粒麦 7	にんじん 12	牛乳200ml	米粒麦 7	米粒麦 7
	牛乳200ml	牛乳200ml	牛乳200ml 206	牛乳200ml	牛乳200ml	たけのこ 10	牛乳200ml 206	牛乳200ml	牛乳200ml
	牛乳200ml 206	牛乳200ml 206	明宝ソーセージ	牛乳200ml 206	牛乳200ml 206	れんこん 10	あじのフィーフライ	牛乳200ml 206	牛乳200ml 206
	円空里芋コロッケ	鶏肉のから揚げ	明宝ソーセージ 30	トラウトサーモンの塩焼き	チョコタフィー	油揚げ 3	あじフィーフライ 40	ハンバーグのたまねぎソース	たらのから揚げゆずソース
	円空里芋コロッケ 60	鶏むね肉 50	ジュリエヌスープ	トラウトサーモンうす塩 50	煎り大豆 12	いんげん 5	なたね油 4	鶏豚ハンバーグ 60	たら角切りかたくり粉付き 50
	なたね油 6	こいくちしょうゆ 3	キャベツ 20	たぬき汁	三温糖 4.5	水 85	おひさまスープ	三温糖 1.5	なたね油 5
	なめこ汁	料理酒 1	にんじん 10	なたね油 0.25	純ココア 0.9	三温糖 6	なたね油 0.3	こいくちしょうゆ 3	三温糖 4
	水 130	おろししょうが 0.3	じゃがいも 20	おろししょうが 0.3	水 0.9	塩 0.4	たまねぎ 30	みりん 2	こいくちしょうゆ 4
	だいこん 20	かたくり粉 10	だいこん 15	にんじん 15	カレーライス	穀物酢 10	じゃがいも 30	炒めたまねぎ 10	みりん 1.7
	なめこ 10	なたね油 5	スープストック 1.2	こんにやく 20	なたね油 0.25	料理酒 1	とうもろこし 10	かたくり粉 0.3	ゆず果汁 2
	油揚げ 5	かきたま汁	塩 0.1	えのきたけ 10	おろしにんにく 0.3	アルファ化米 50	こしょう 0.01	水 1	ずまし汁
	豆腐 30	水 130	こしょう 0.01	油揚げ 3	豚もも肉 20	さけフレーク 10	スープストック 1.5	けんちん汁	水 130
	ミックスみそ 5	乾しいたけ 0.5	水 120	水 130	たまねぎ 40	黒豆 13	塩 0.1	なたね油 0.3	えのきたけ 5
	孫六みそ 3	たまねぎ 20	パセリ粉 0.02	ごぼう天 15	にんじん 15	牛乳200ml	水 130	鶏むね肉 10	しめじ 5
	液体だし 1.5	えのきたけ 10	チキンピーンズ	こいくちしょうゆ 3.5	じゃがいも 25	牛乳200ml 206	トマト水煮 20	ごぼう 5	かまぼこ 10
	こまつな 5	うすくちしょうゆ 4.6	なたね油 0.3	液体だし 1.2	カレーパウダー 0.1	鶏肉の照り焼き	トマトピューレー 5	だいこん 10	豆腐 30
	ひじきの煮物	液体だし 1.5	おろしにんにく 0.3	かたくり粉 0.6	水 66	鶏もも肉 60	オレガノチップ 0.01	こんにやく 5	うすくちしょうゆ 4.6
	なたね油 0.3	豆腐 20	鶏むね肉 20	溶き水 5	チャツネ 2	おろしにんにく 0.35	パセリ粉 0.01	水 110	液体だし 1.5
	にんじん 8	かたくり粉 1	たまねぎ 40	塩 0.3	ウスターソース 3	おろししょうが 0.3	ソースやきそば	さといも 20	乾燥わかめ 0.5
	長ひじき 4	溶き水 5	マッシュルーム 8	ねぎ 5	米粉カレールウ 14.5	こいくちしょうゆ 3	なたね油 0.3	豆腐 20	ねぎ 5
	れんこん 10	液卵 15	大豆水煮 23	豚キムチ	米粉 0.3	料理酒 16	豚もも肉 16	油揚げ 5	友禅ごはんの具
	こんにやく 5	きんぴらごぼう	三温糖 0.7	なたね油 0.5	溶き水 26	みりん 1	にんじん 10	こいくちしょうゆ 2	三温糖 2
	三温糖 1.8	なたね油 0.25	スープストック 0.3	豚もも肉 20	牛乳 20	三温糖 1	きざみしょうが 0.5	液体だし 1.2	料理酒 4
	こいくちしょうゆ 1.8	ごぼう 25	こしょう 0.01	料理酒 1	だいこんサラダ	米粉 0.8	粉かつお 0.6	なばなのごまあえ	うすくちしょうゆ 3
	液体だし 0.4	にんじん 10	水 12	おろしにんにく 0.5	だいこん 40	なたね油 0.5	こしょう 0.01	なばな 10	おろししょうが 0.8
	水 5	こんにやく 9	トマトケチャップ 1.5	こしょう 0.01	きゅうり 10	さつまいも入りみそ汁	りょくとうもやし 17	りょくとうもやし 35	鶏ミンチ 20
	いんげん 5	くきわかめ 10	トマトピューレー 14	たまねぎ 25	だいこん 5	だいこん 30	キャベツ 28	にんじん 5	にんじん 35
		三温糖 2	デミグラスソース 1	白菜キムチ 6	うすくちしょうゆ 2.5	さつまいも 20	やきそば麺 35	すりごま 2	いり卵 15
		こいくちしょうゆ 3.2	こいくちしょうゆ 0.8	りょくとうもやし 25	三温糖 2	水 110	やきそば粉末ソース 2.8	こいくちしょうゆ 2	みつば 5
		みりん 0.5	ハヤシルウ 2.9	こいくちしょうゆ 4	塩 0.1	白菜 15	ミルメーク 12.5	三温糖 0.7	
		水 3	溶き水 8	三温糖 2	こしょう 0.01	ミックスみそ 7	ミルメークコーヒー		
		はんぺん 5	いちごジャム	みりん 0.1	なたね油 0.3	孫六みそ 2			
		ごま油 0.2	いちごジャム 15	えんどうはるさめ 2	穀物酢 2	溶き水 13			
		いりごま 0.5		ごま油 1		液体だし 1			
						米粉りんごタルト			
						米粉りんごタルト 35			
	エネルギー 塩分	エネルギー 塩分	エネルギー 塩分	エネルギー 塩分	エネルギー 塩分	エネルギー 塩分	エネルギー 塩分	エネルギー 塩分	エネルギー 塩分
	608 2.2	630 2.3	650 3.1	618 2.4	624 2.4	691 2.6	656 3.2	604 1.6	629 2.9

* エネルギーの単位はkcalです。

* 塩分の単位はgです。

* 食材の分量は、小学校中学年の分量になっています。

* 入荷都合等により、献立もしくは材料を変更する場合がありますので、ご了承下さい。

* 学校給食は、学校給食地産地消推進事業により、県・市・JA中央会の一部助成を受けています。

* 学校給食の質を確保するため、食材費高騰分を公費負担しています。

* 学校給食で使用する加工食品の原材料についての明細は関市ホームページでお知らせしています。

* X(旧twitter)で給食献立写真を掲載しています。

* ご意見、ご不明な点などありましたら、関市学校給食センターまでご連絡ください。(0575-22-3588)



ホームページ



X(旧twitter)