

《2026年2月分 学校給食 献立及び材料表》					中学校		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 (中学校)	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 90	精米 90	黒パン(粉75g) 75	精米 90	精米 90	精米 90	ソフト麺(粉115g) 115	精米 90	精米 90			
	米粒麦 9	米粒麦 9	牛乳200ml	米粒麦 9	米粒麦 9	米粒麦 9	牛乳200ml	米粒麦 9	米粒麦 9			
	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 70	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			
	春巻き 50	いわし梅煮 50	かぼちやの豆乳スープ	大豆ハンバーグ 60	にんしん下味かたくり粉付き 62.5	ごま不使用ギョウザ 51	なたね油 3	さわら山椒漬け 60	れんこん 56.25			
	なたね油 5	根菜みそ汁	なたね油 0.375	三温糖 2.5	なたね油 6.25	マーボー豆腐	キャラメル粉末 3	みそ汁	なたね油 5.625			
	わかめスープ	にんじん 12.5	鶏むね肉 12.5	こいくちしょうゆ 3.125	野菜入りじんだ汁	なたね油 0.3125	グラニュー糖 3	水 137.5	ハヤシライス			
	水 162.5	ごぼう 18.75	白ワイン 0.5	みりん 1.25	水 143.75	おろしにんにく 0.5	ツナトマトソース	にんじん 6.25	なたね油 0.3125			
	たまねぎ 37.5	さといも 25	こしょう 0.0125	おろししょうが 1	にんじん 10	おろししょうが 0.5	なたね油 0.375	ごぼう 18.75	おろしにんにく 0.625			
	にんじん 12.5	れんこん 18.75	たまねぎ 25	かたくり粉 0.375	だいこん 18.75	トウバンジャン 0.25	おろしにんにく 0.125	だいこん 25	豚もも肉 31.25			
	とうもろこし 12.5	水 137.5	かぼちゃ 31.25	水 3.75	じゃがいも 18.75	豚ミンチ 25	たまねぎ 50	豆腐 25	にんじん 18.75			
	塩 0.375	孫六みそ 2.5	水 137.5	沢煮椀	油揚げ 3.75	たまねぎ 50	にんじん 18.75	豆みそ 10	たまねぎ 50			
	中華だし 3.125	ミックスみそ 7.5	スープストック 1.5	なたね油 0.375	豆腐 25	たけのこ 18.75	三温糖 0.625	溶き水 16.25	じゃがいも 31.25			
	乾燥わかめ 0.625	溶き水 16.25	白いんげん豆ペースト 12.5	豚もも肉 12.5	大豆ペースト 18.75	水 25	塩 0.5	液体だし 1.375	マッシュルーム 6.25			
	ねぎ 6.25	液体だし 1.375	豆乳 25	料理酒 0.25	うすくちしょうゆ 5.75	三温糖 1.25	こしょう 0.0125	油揚げ 3.75	こしょう 0.0125			
	中華丼の具	こまつな 6.25	米粉ホワイトルウ 7.5	ごぼう 15	液体だし 1.875	塩 0.15	スープストック 1.25	乾燥わかめ 0.625	スープストック 1.25			
	なたね油 0.375	だいこんのそぼろ煮	溶き水 12.5	だいこん 31.25	ねぎ 6.25	中華だし 1.25	トマトピューレー 12.5	韓国風肉じゃが	水 105			
	おろししょうが 0.3125	なたね油 0.375	チンゲンサイ 12.5	にんじん 12.5	もやしとこまつなのおかかあえ	豆みそ 3.75	トマトケチャップ 12.5	なたね油 0.3125	ハヤシベース 17.5			
	豚もも肉 31.25	おろししょうが 0.375	コールスローサラダ	水 162.5	りよくとうもやし 50	こいくちしょうゆ 4.125	トマト水煮 31.25	おろしにんにく 0.25	溶き水 32.5			
	たけのこ 10	豚ミンチ 18.75	キャベツ 43.75	こんにやく 15	こまつな 12.5	料理酒 2.5	水 83.75	コチジャン 0.375	ごぼうとキャベツのサラダ			
	乾しいたけ 0.375	だいこん 50	にんじん 12.5	うすくちしょうゆ 5	花かつお 0.625	冷凍豆腐 75	まぐろ油漬け 25	豚もも肉 18.75	ごぼう 25			
	白菜 35	三温糖 2.25	きゅうり 6.25	塩 0.125	こいくちしょうゆ 2.5	かたくり粉 1.25	オレガノチップ 0.0125	たまねぎ 31.25	むき枝豆 10			
	りよくとうもやし 43.75	うすくちしょうゆ 3.75	コールスロードレッシングボトル 10	こしょう 0.0125	三温糖 0.875	溶き水 5.625	米粉 3.125	じゃがいも 62.5	キャベツ 25			
	中華だし 1.25	みりん 1.25		液体だし 1.875		ねぎ 6.25	溶き水 10	三温糖 3.75	ごまドレッシングボトル 12.5			
	こいくちしょうゆ 2.875	液体だし 0.625		ねぎ 3.75		ごま油 0.375	ブロッコリーサラダ	こいくちしょうゆ 6				
	料理酒 0.625	厚揚げ(小) 18.75		高野豆腐の煮物			れんこんサラダ	ブロッコリー 50	料理酒 1.25			
	なると 10	いんげん 6.25		なたね油 0.3125			れんこん 37.5	とうもろこし 6.25	にら 3.75			
	ごま油 0.5	納豆		たまねぎ 31.25			きゅうり 12.5	青じそドレッシング	ごま油 0.625			
	かたくり粉 0.875	納豆 30		乾しいたけ 0.625			にんじん 6.25	飯食育じそドレッシング 10	花かつお 0.625			
	溶き水 2.5	(たれ・からし付き)		水 43.75		中華ドレッシングボトル 6.25						
			三温糖 2.5		三温糖 1.25							
			塩 0.125		塩 0.25							
			みりん 0.625									
			こいくちしょうゆ 2.5									
			液体だし 1.25									
			いんげん 6.25									
			高野豆腐 10									
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	エネルギー 塩分			
	786 2.8	788 2.9	776 3.6	763 2.8	746 2.1	764 2.5	803 2.9	773 3.0	810 2.5			

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 (中学校)	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 90	精米 90	普通パン(粉85g) 85	精米 90	精米 90	なたね油 0.375	普通パン(粉75g) 75	精米 90	精米 90
	米粒麦 9	米粒麦 9	牛乳200ml	米粒麦 9	米粒麦 9	にんじん 15	牛乳200ml	米粒麦 9	米粒麦 9
	牛乳200ml	牛乳200ml	牛乳200ml 206	牛乳200ml	牛乳200ml	たけのこ 12.5	牛乳200ml 206	牛乳200ml	牛乳200ml
	牛乳200ml 206	牛乳200ml 206	明宝ソーセイジ	牛乳200ml 206	牛乳200ml 206	れんこん 12.5	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	明宝フランク 40	トラウトサーモンの塩焼き	チョコタフィー	油揚げ 3.75	あじフィーフライ 50	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 62.5	ジュリエンスープ	トラウトサーモンうす塩 60	煎り大豆 15	いんげん 6.25	なたね油 5	鶏豚ハンバーグ 80	たら角切りかたくり粉付き 62.5
	なたね油 6	こいくちしょうゆ 3.75	キャベツ 25	たぬき汁	三温糖 5.625	水 106.25	おひさまスープ	三温糖 1.875	なたね油 6.25
	なめこ汁	料理酒 1.25	にんじん 12.5	なたね油 0.3125	純ココア 1.125	三温糖 7.5	なたね油 0.375	こいくちしょうゆ 3.75	三温糖 5
	水 162.5	おろししょうが 0.375	じゃがいも 25	おろししょうが 0.375	水 1.125	塩 0.5	たまねぎ 37.5	みりん 2.5	こいくちしょうゆ 5
	だいこん 25	かたくり粉 12.5	だいこん 18.75	にんじん 18.75	カレーライス	穀物酢 12.5	じゃがいも 37.5	炒めたまねぎ 12.5	みりん 2.125
	なめこ 12.5	なたね油 6.25	スープストック 1.5	こんにやく 25	なたね油 0.3125	料理酒 1.25	とうもろこし 12.5	かたくり粉 0.375	ゆず果汁 2.5
	油揚げ 6.25	かきたま汁	塩 0.125	えのきたけ 12.5	おろしにんにく 0.375	アルファ化米 62.5	こしょう 0.0125	水 1.25	ずまし汁
	豆腐 37.5	水 162.5	こしょう 0.0125	油揚げ 3.75	豚もも肉 25	さけフレーク 12.5	スープストック 1.875	けんちん汁	水 162.5
	ミックスみそ 6.25	乾しいたけ 0.625	水 150	水 162.5	たまねぎ 50	黒豆 16.25	塩 0.125	なたね油 0.375	えのきたけ 6.25
	孫六みそ 3.75	たまねぎ 25	パセリ粉 0.025	ごぼう天 18.75	にんじん 18.75	牛乳200ml	水 162.5	鶏むね肉 12.5	しめじ 6.25
	液体だし 1.875	えのきたけ 12.5	チキンピーンズ	こいくちしょうゆ 4.375	じゃがいも 31.25	牛乳200ml 206	トマト水煮 25	ごぼう 6.25	かまぼこ 12.5
	こまつな 6.25	うすくちしょうゆ 5.75	なたね油 0.375	液体だし 1.5	カレーパウダー 0.125	鶏肉の照り焼き	トマトピューレー 6.25	だいこん 12.5	豆腐 37.5
	ひじきの煮物	液体だし 1.875	おろしにんにく 0.375	かたくり粉 0.75	水 82.5	鶏もも肉 60	オレガノチップ 0.0125	こんにやく 6.25	うすくちしょうゆ 5.75
	なたね油 0.375	豆腐 25	鶏むね肉 25	溶き水 6.25	チャツネ 2.5	おろしにんにく 0.35	パセリ粉 0.0125	水 137.5	液体だし 1.875
	にんじん 10	かたくり粉 1.25	たまねぎ 50	塩 0.375	ウスターソース 3.75	おろししょうが 0.3	ソースやきそば	さといも 25	乾燥わかめ 0.625
	長ひじき 5	溶き水 6.25	マッシュルーム 10	ねぎ 6.25	米粉カレールウ 18.125	こいくちしょうゆ 3	なたね油 0.375	豆腐 25	ねぎ 6.25
	れんこん 12.5	液卵 18.75	大豆水煮 28.75	豚キムチ	米粉 0.375	料理酒 1	豚もも肉 20	油揚げ 6.25	友禅ごはんの具
	こんにやく 6.25	きんぴらごぼう	三温糖 0.875	なたね油 0.625	溶き水 32.5	みりん 1	にんじん 12.5	こいくちしょうゆ 2.5	三温糖 2.5
	三温糖 2.25	なたね油 0.3125	スープストック 0.375	豚もも肉 25	牛乳 25	三温糖 1	きざみしょうが 0.625	液体だし 1.5	料理酒 5
	こいくちしょうゆ 2.25	ごぼう 31.25	こしょう 0.0125	料理酒 1.25	だいこんサラダ	米粉 0.8	粉かつお 0.75	なばなのごまあえ	うすくちしょうゆ 3.75
	液体だし 0.5	にんじん 12.5	水 15	おろしにんにく 0.625	だいこん 50	なたね油 0.5	こしょう 0.0125	なばな 12.5	おろししょうが 1
	水 6.25	こんにやく 11.25	トマトケチャップ 1.875	こしょう 0.0125	きゅうり 12.5	さつまいも入りみそ汁	りよくとうもやし 21.25	りよくとうもやし 43.75	鶏ミンチ 25
	いんげん 6.25	くきわかめ 12.5	トマトピューレー 17.5	たまねぎ 31.25	とうもろこし 6.25	だいこん 37.5	キャベツ 35	にんじん 6.25	にんじん 43.75
		三温糖 2.5	デミグラスソース 1.25	白菜キムチ 7.5	うすくちしょうゆ 2.5	さつまいも 25	やきそば麺 43.75	すりごま 2.5	いり卵 18.75
		こいくちしょうゆ 4	こいくちしょうゆ 1	りよくとうもやし 31.25	三温糖 2.5	水 137.5	やきそば粉末ソース 3.5	こいくちしょうゆ 2.5	みつば 6.25
		みりん 0.625	ハヤシルウ 3.625	こいくちしょうゆ 5	塩 0.125	白菜 18.75	ミルメーク	三温糖 0.875	
		水 3.75	溶き水 10	三温糖 2.5	こしょう 0.0125	ミックスみそ 8.75	ミルメークコーヒー 12.5		
		はんぺん 6.25	いちごジャム	みりん 0.125	なたね油 0.375	孫六みそ 2.5			
		ごま油 0.25	いちごジャム 15	えんどうはるさめ 2.5	穀物酢 2.5	溶き水 16.25			
		いりごま 0.625		ごま油 1.25		液体だし 1.25			
						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
	704 2.5	765 2.8	791 4.0	749 3.0	761 2.7	771 3.0	804 4.0	740 2.1	764 3.3

* 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、中学校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)