

# 予定献立表（中学校）

令和8年 2月

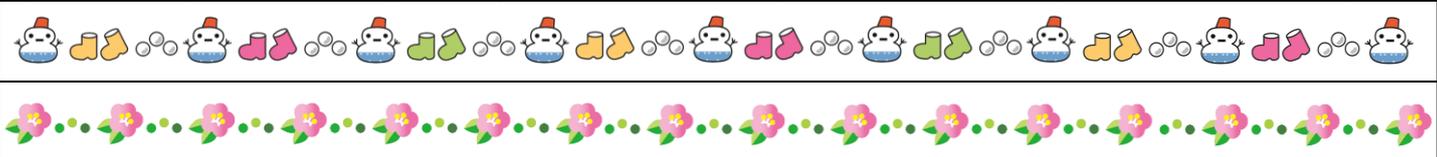
日の出町学校給食センター 中学校

日	主食	おかず	飲み物など	力や体温となるもの きいろ	血や肉をつくるもの あか	体の調子をよくするもの みどり	エネルギー たんぱく質
2月	食パン ソフトマーガリン	*野菜のスープ煮 マカロニのミートソース和え 大根サラダ（ごまドレ）	牛乳	パン、じゃが芋、油、マカロニ、砂糖、 ごまドレ、マーガリン	牛乳、ベーコン、豚肉、大豆たんぱく、 レンズ豆	しょうが、玉ねぎ、人参、キャベツ、長 ねぎ、トマトピューレ、もやし、大根	725 kcal 26.8 g
3火	ご飯 <b>節分献立</b>	*大根と白菜の味噌汁 豚フライ（ソース） ひじきと大豆の煮物	りんご ジュース	米、小麦粉、パン粉、油、こんにやく、 砂糖	豆腐、油揚げ、みそ、いわし、鶏肉、大 豆、ひじき	りんごジュース、大根、白菜、長ねぎ、 人参、さやいんげん	801 kcal 27.9 g
4水	はちみつ食パン	もやしスープ ツナチーズオムレツ 若草ポテト	牛乳	パン、油、じゃが芋、バター	牛乳、鶏肉、卵、ツナ、牛乳、生クリー ム、チーズ	もやし、人参、玉ねぎ、とうもろこし	771 kcal 33.3 g
5木	麦ご飯 冬野菜カレー	*白菜のサラダ（和風ドレ） ヨーグルト	牛乳	米、麦、じゃが芋、油、バター、小麦粉	牛乳、鶏肉、レンズ豆、ひよこ豆、脱脂 粉乳、チーズ、ヨーグルト	にんにく、しょうが、玉ねぎ、人参、れ んこん、かぶ、しめじ、りんご、トマト ピューレ、白菜、もやし、小松菜	797 kcal 30.7 g
6金	背割りコッペパン	*ラビオリスープ ロング焼きウインナー① ジャーマンポテト	牛乳	パン、小麦粉、パン粉、じゃが芋、バ ター	牛乳、豚肉、ベーコン、ウインナー	にんにく、人参、玉ねぎ、キャベツ、ほ うれん草	769 kcal 29.3 g
9月	ご飯	*ワンタンスープ *生揚げのチリソース キャベツとえのきののり和え （のり・醤油）	牛乳	米、ワンタンの皮、ごま油、でん粉、 油、砂糖	牛乳、豚肉、大豆たんぱく、生揚げ、焼 きのり	しょうが、人参、もやし、チンゲン菜、 長ねぎ、にんにく、キャベツ、小松菜、 えのき	785 kcal 29.5 g
10火	ソフト麺 ミートソース	キャベツソテー いよかん	牛乳	ソフト麺、油、小麦粉	牛乳、豚肉、大豆たんぱく、レンズ豆、 チーズ、ハム	人参、玉ねぎ、セロリ、マッシュルー ム、さやいんげん、トマトピューレ、 キャベツ、小松菜、いよかん	784 kcal 32.5 g
12木	チョコチップパン	宝さがしスープ 鱈のハーブ焼き 三色ソテー	牛乳	パン、油	牛乳、鶏肉、さわら	キャベツ、玉ねぎ、人参、もやし、枝豆、 とうもろこし	776 kcal 36.3 g
13金	ご飯	*わかめと白菜の味噌汁 鶏肉のから揚げ ポテトサラダ （ノンエッグマヨ）	牛乳	米、でん粉、油、じゃが芋	牛乳、豆腐、油揚げ、わかめ、みそ、鶏肉	玉ねぎ、長ねぎ、白菜、しょうが、人参、 キャベツ、きゅうり	820 kcal 32.0 g
16月	食パン	チリコンカン 小松菜とコーンのソテー ぼんかん	牛乳	パン、油、小麦粉、バター	牛乳、大豆、金時豆、ひよこ豆、レンズ 豆、豚肉、大豆たんぱく、ベーコン、 ウインナー	しょうが、にんにく、セロリ、玉ねぎ、 人参、マッシュルーム、トマトピュー レ、トマト、とうもろこし、キャベツ、 小松菜、ぼんかん	735 kcal 33.8 g
17火	米粉コッペパン	*ABCスープ ハンバーグ照り焼きソース コールスローサラダ （フレドレ）	牛乳	米粉パン、マカロニ、パン粉、油、砂 糖、でん粉	牛乳、ベーコン、豚肉、おから、豆乳	にんにく、人参、玉ねぎ、キャベツ、ほ うれん草	761 kcal 37.1 g
18水	ご飯 <b>韓国料理</b>	わかめと卵のスープ ブルコギ キャベツと大根のサラダ （中華ドレ）	牛乳	米、ごま油、ごま、はるさめ、油、砂糖、 でん粉	牛乳、鶏肉、豆腐、卵、わかめ、豚肉	玉ねぎ、にんにく、しょうが、人参、も やし、にら、キャベツ、大根	748 kcal 32.2 g
19木	背割りコッペパン	イタリアンスープ カレーミート スパゲティパジリコソテー	コーヒー 牛乳	パン、パン粉、油、小麦粉、バター、砂 糖、スパゲッティ	コーヒー牛乳、ベーコン、卵、チーズ、 豚肉、大豆たんぱく、レンズ豆	玉ねぎ、人参、とうもろこし、にんに く、しょうが、トマトピューレ	767 kcal 32.3 g
20金	ご飯	*豆腐とわかめの味噌汁 いかフライ（ソース） 茎わかめのきんぴら	牛乳	米、小麦粉、パン粉、油、こんにやく、 砂糖、ごま	牛乳、豆腐、油揚げ、わかめ、みそ、い か、茎わかめ、豚肉	玉ねぎ、長ねぎ、人参、ごぼう、さやい んげん	781 kcal 33.9 g
24火	食パン	クリーミービーンズスープ ししゃものハーブ揚げ② じゃことキャベツのべヘルソテー	牛乳	パン、バター、じゃが芋、小麦粉、油、 スパゲッティ	牛乳、ベーコン、いんげん豆、豆乳、 チーズ、ししゃも、ちりめんじゃこ	玉ねぎ、人参、とうもろこし、枝豆、に んにく、キャベツ	729 kcal 32.6 g

大久野小6年生メニュー

大久野小6年生メニュー😊

大久野小6年生メニュー😊



27金	麦ご飯 *衣笠井の具	野菜炒め ぼんかん <b>京都府の郷土料理</b>	牛乳	米、麦、白滝、砂糖、油	牛乳、油揚げ、卵、豚肉	玉ねぎ、長ねぎ、人参、しょうが、キャ ベツ、もやし、ピーマン、ぼんかん	734 kcal 28.6 g
-----	---------------	---------------------------------	----	-------------	-------------	--	--------------------

<p>・都合により献立が変更になる場合があります。                  *お子さんが食物アレルギーで、原材料等詳細な情報が必要な場合は                  給食センターにお問い合わせください。 TEL 042-597-3414</p>				<p>5日（木）に使用するヨーグルトは、日の出町内にある協同                  乳業 様から地域貢献としてご厚意で無償提供していただいた                  「健康投資ヨーグルト」です。</p>		日の出町平均	770	31.8
				学校給食摂取 基準（範囲）	830	(27~42)		

## 1年の幸福を願う「節分」の行事

2月3日 節分

立春の前日に当たる節分には、古くから、豆まきをしたり、ヒヤルギイワシ（ヤイカガシ）を玄關に飾ったりして、病気や災難を起こす「鬼（邪気）」を追い払い、1年の無事や幸福を願う習慣があります。最近では、「恵方巻き」が店頭をにぎわすようになりましたが、もともと全国的な風習ではなく、江戸時代に大阪の商人が商売繁盛祈願のために行っていた風習が始まりとされています。（\*諸説あります）

## 節分にまつわる食べ物

### 福豆

大豆を使ったもの。豆まきに使うほか、自分の年齢の数、または年齢の数+1を個食べて、1年の幸福を願います。大豆の代わりに落花生を使う地域もあります。

### 恵方巻き

太巻きずし。その年の歳神様がいとされる「恵方」を向き、願い事を思い浮かべながら、無言で丸かじりします。

※1日の大豆・落花生ともに、5歳以下の子どもは窒息する危険性があるため、食べさせないでください。

献立表に\*マークの料理に入っています。感謝していただきます♪

\*今月の日の出の野菜 ほうれん草：原島さん 長ねぎ：門馬さん はくさい：松本さん