




令和8年 2月 小学校給食献立予定表



蕨市立学校給食センター

日	こんだてめい	ぎゅうにゅう	からだをつくる もとになるしょくひん	からだのちょうしを ととのえる もとになるしょくひん	エネルギーの もとになるしょくひん	その他	エネルギー 蛋白質 脂質 食塩相当量
2月	みかんジュース	みかん ジュース		みかん			585 kcal
	こどもパン(スライス)				パン(乳なし)		22.1 g
	◎てりやきチキンバーガー		とりにく	しょうが,にんにく	でんぷん,砂糖	しょうゆ,酒	20.3 g
	せんぎりやさいのサラダ			キャベツ,にんじん,きゅうり	あぶら,さとう	す,しお,こしょう	2.6 g
	ポークビーンズ		ベーコン,ぶたにく,だいず	にんじん,たまねぎ	じゃがいも,あぶら,さとう	コンソメ,しお,ケチャップ	
3火(A)	◎おちゃふうみの さいたまきこみごはん	○	とりにく,あぶらあげ	にんじん,しいたけ,こまつな	こめ,むぎ,さといも,あぶら,さとう	酒,しお,うすくちしょうゆ,緑茶	682 kcal
	いわしのしょうがに		いわし	しょうが	さとう	しょうゆ,しお	26.3 g
	かおりづけ			キャベツ,きゅうり		しお,レモンかじゅう	23.9 g
	にゅうさんきんいり カップデザート		にゅう		さとう		2.2 g
							
3火(B)	ごはん	○			こめ		559 kcal
	いわしのしょうがに		いわし	しょうが	さとう	しょうゆ,しお	21.6 g
	かおりづけ			キャベツ,きゅうり		しお,レモンかじゅう	15.8 g
	じゃがいもとたまねぎのみそしる		あつあげ	たまねぎ,ながねぎ, わらびしさんはくさい	じゃがいも	みそ	2.6 g
4水	ツイストパン	○			パン(乳なし)		587 kcal
	チーズインハンバーグ		とりにく,にゅう,たまご	たまねぎ	パンこ,さとう	しょうゆ,しお	26.1 g
	ブロッコリーのサラダ			ブロッコリー,とうもろこし		す	25.1 g
	ソパ・デ・アホ		ぶたにく,ベーコン	にんく,たまねぎ,にんじん,キャベツ,トマト	あぶら	しお,こしょう,コンソメ	3.1 g
5木(A)	ごはん	○			こめ		559 kcal
	ホキいそペフライ		ホキ(さかな),あおさ		あぶら,パンこ,でんぷん,こむぎこ	しお,こしょう	21.0 g
	じゃがいもとたまねぎのみそしる		あつあげ	たまねぎ,ながねぎ, わらびしさんはくさい	じゃがいも	みそ	15.4 g
	かぶときゅうりのあさづけ			きゅうり,かぶ,にんじん		しお,うすくちしょうゆ	2.3 g
5木(B)	◎おちゃふうみの さいたまきこみごはん	○	とりにく,あぶらあげ	にんじん,しいたけ,こまつな	こめ,むぎ,さといも,あぶら,さとう	酒,しお,,うすくちしょうゆ,緑茶	699 kcal
	ホキいそペフライ		ホキ(さかな),あおさ		あぶら,パンこ,でんぷん,こむぎこ	しお,こしょう	26.0 g
	かぶときゅうりのあさづけ			きゅうり,かぶ,にんじん		しお,うすくちしょうゆ	23.5 g
	にゅうさんきんいり カップデザート		にゅう		さとう		1.9 g
6金	くろパン	○			パン(乳なし)		556 kcal
	とりにくのケチャップに		とりにく	しょうが,トマト,たまねぎ	でんぷん,さとう	ケチャップ,しお,しょうゆ	25.5 g
	だいコーンサラダ			だいこん,とうもろこし,きゅうり	あぶら,さとう	す,しお,こしょう	21.6 g
	やさいスープ		ぶたにく,ベーコン	たまねぎ,にんじん	じゃがいも	しお,こしょう,コンソメ,しょうゆ	3.2 g
9月	フラワーロールパン	○			パン(乳なし)		581 kcal
	ウインナー(2ほん)		ウインナー				24.0 g
	もやしのサラダ			もやし,にんじん,きゅうり	あぶら,さとう	す,しお,こしょう	27.2 g
	ABCスープ		ぶたにく,ベーコン	にんじん,たまねぎ,トマト	じゃがいも,マカロニ	コンソメ,しお,こしょう	3.3 g
10火	ごはん	○			こめ		542 kcal
	しらすいりたまごまき		たまご,しらす,わかめ		さとう,あぶら	す,しょうゆ,しお	22.3 g
	だいこんときゅうりの ごましょうゆあえ			きゅうり,だいこん	あぶら,ごま	しお,しょうゆ	16.0 g
	さかなのつみれじる		つみれ(こむぎいり),とうふ	にんじん,だいこん,ながねぎ		しお,うすくちしょうゆ	2.6 g
11水	建国記念の日(けんこくきねんのひ)						
12木	ごはん	○			こめ		576 kcal
	さわらのさいきょうやき		さわら(さかな)		さとう	みそ	26.8 g
	なのはなのおかかあえ		かつおぶし	なのはな,もやし	ごまあぶら	しお,しょうゆ	17.3 g
	とんじる		ぶたにく,とうふ,あぶらあげ	にんじん,ごぼう,ながねぎ	じゃがいも	みそ	2.4 g
13金	ホットちゅうかめん	○			ちゅうかめん		567 kcal
	みそラーメン		ぶたにく,なると	にんにく,しょうが,もやし,とうもろこし,ながねぎ	あぶら,ごまあぶら	トウバンジャン,しお,こしょう,みそ	24.6 g
	しゅうまい(2こ)		ぶたにく,とりにく	たまねぎ	パンこ,さとう,こむぎこ	しお,こしょう	16.6 g
	にらともやしのナムル			もやし,にら	ごまあぶら,さとう,ごま	しょうゆ,しお,いちみどうがらし,す	3.0 g
	いちごのジュレ			いちご	さとう	いちごかじゅう,レモンかじゅう	
16月	ライスボール	○			パン(乳なし)		628 kcal
	アンサンブルエッグ		たまご,チーズ,ベーコン,きゅうにゅう	たまねぎ	じゃがいも,さとう,でんぷん,あぶら	す,しお	24.3 g
	フレンチサラダ			キャベツ,きゅうり,みかん	あぶら	す,しお,こしょう	25.3 g
	ラビオリスープ		ぶたにく	にんじん,たまねぎ,もやし,ほうれんそう	ラビオリ	しお,こしょう,コンソメ,しょうゆ	3.2 g

日	こんだてめい	ぎ ゆう に ゆう	からだをつくる もとになるしょくひん	からだのちょうしを ととのえる もとになるしょくひん	エネルギーの もとになるしょくひん	その他	エネルギー 蛋白質 脂質 食塩相当量
17 火 (A)	キムチチャーハン	○	ぶたにく	にんじん,たまねぎ,キムチ	こめ,むぎ,あぶら,ごまあぶら	しお,しょうゆ,酒	611 kcal
	あじフライ		あじ	あぶら,パンこ,でんぶん,こむぎこ	しお	23.7 g	
	わふうサラダ		わかめ	キャベツ,にんじん	あぶら,さとう	す,しお,こしょう	22.8 g
						1.8 g	
17 火 (B)	ごはん	○			こめ		601 kcal
	あじフライ		あじ	あぶら,パンこ,でんぶん,こむぎこ	しお	21.7 g	
	わふうサラダ		わかめ	キャベツ,にんじん	あぶら,さとう	す,しお,こしょう	21.5 g
	だいこんとあつあげのみそしる		あつあげ	だいこん,ながねぎ,しめじ	みそ	2.3 g	
18 水	ごはん	○			こめ		642 kcal
	とんカツ		ぶたにく	あぶら,パンこ,こむぎこ		24.6 g	
	きりぼしだいこんの ちゅうかふうサラダ			きりぼしだいこん,きゅうり,にんじ ん	ごま	す	25.6 g
	さわにわん		ぶたにく,あぶらあげ	たけのこ,にんじん,ごぼう,しいた け,だいこん,ほうれんそう		しお,しょうゆ,こしょう	2.1 g
19 木	コッペパン	○			パン(乳なし)		580 kcal
	とうにゅうコロツケ		とうにゅう	たまねぎ,とうもろこし	あぶら,パンこ,さとう,でんぶん	ソース	20.6 g
	キャロットサラダ			にんじん,きゅうり,とうもろこし	あぶら,さとう	す,しお,こしょう	28.8 g
	ほうれんそうのポタージュ		とりにく,ベーコン,きゅうにゅう,な まクリーム	ほうれんそう,たまねぎ	あぶら,こむぎこ	コンソメ,しお,こしょう	3.0 g
20 金	ごはん	○			こめ		635 kcal
	チキンカレー (アレルゲンフリールーしょう)		とりにく	にんにく,しょうが,たまねぎ,にんじ ん,トマト	じゃがいも,あぶら	ソース,カレーこ,しお,しょうゆ, ケチャップ,コンソメ, カレールウ(アレルゲンフリールー)	20.4 g
	ミートボール(2こ)		とりにく	たまねぎ	パンこ,さとう	ケチャップ,しお,しょうゆ	20.8 g
	コーンサラダ			とうもろこし,きゅうり,キャベツ,に んじん	あぶら,さとう	す,しょうゆ	3.0 g
23月	天皇誕生日(てんのうたんじょうび)						
24 火	バターロール	○			パン(乳入り)		592 kcal
	メンチカツ		ぶたにく	たまねぎ	あぶら,パンこ,こむぎこ,さとう	ケチャップ,しお,しょうゆ	21.4 g
	コールスローサラダ			キャベツ,にんじん	あぶら,さとう	す,しお,こしょう	27.8 g
	はくさいとベーコンのスープ		ぶたにく,ベーコン	たまねぎ,にんじん,はくさい	じゃがいも	しお,こしょう,コンソメ,しょうゆ	2.8 g
25 水 (A)	ごはん	○			こめ		594 kcal
	サバのたつたあげ		サバ(さかな)	しょうが	あぶら,でんぶん,こめこ	しょうゆ	22.5 g
	ゆかりあえ			キャベツ,きゅうり		しお,ゆかり	21.7 g
	だいこんとあつあげのみそしる		あつあげ	だいこん,ながねぎ,しめじ	みそ	2.4 g	
25 水 (B)	キムチチャーハン	○	ぶたにく	にんじん,たまねぎ,キムチ	こめ,むぎ,あぶら,ごまあぶら	しお,しょうゆ,酒	604 kcal
	サバのたつたあげ		サバ(さかな)	しょうが	あぶら,でんぶん,こめこ	しょうゆ	24.5 g
	ゆかりあえ			キャベツ,きゅうり		しお,ゆかり	23.0 g
						1.9 g	
26 木	デニッシュペストリー	○			パン(乳入り)		579 kcal
	レモンバジルナゲット(2こ)		とりにく		あぶら,でんぶん,こめこ,さとう	しお,レモンかじゅう	23.5 g
	だいずサラダ		だいず	キャベツ,にんじん	あぶら,さとう	す,しお,こしょう	33.1 g
	こまつなのクリームに		とりにく,スキムミルク,きゅうにゅ う	たまねぎ,こまつな	じゃがいも,あぶら,こむぎこ	コンソメ,しお,こしょう	2.5 g
27 金	ごはん	○			こめ		618 kcal
	ブリのあまからあげに		ブリ(さかな)	しょうが	さとう,こむぎこ,でんぶん,あぶら	しょうゆ	26.4 g
	◎こまつなとあつあげのいために		ぶたにく,あつあげ	こまつな	ごまあぶら,さとう	しょうゆ,しお,みりん	22.7 g
	◎おやさいたっぶりたまごスープ		たまご	たまねぎ,にんじん,ブロッコリー	ごまあぶら	しょうゆ,しお	2.9 g
★材料の入荷等の都合により、献立や食材を変更することがあります。 ★献立表には、使用するすべての食材を記載しているわけではありません。 ★給食センターで調理する混ぜご飯などは、炊飯能力の都合により、A校とB校で日にちを分けております。 ≪ A校・B校区分≫ A校・・・塚越小・南小・北小 B校・・・東小・中央東小・中央小・西小						へいきんえいようか	605 kcal 23.6 g 22.0 g 2.5 g

◎は、学校給食のメニュー作りにチャレンジ！の応募献立です。

- ◎照り焼きチキンバーガー 2日
- ◎お茶風味の埼玉炊き込みご飯 A:3日
- ◎お野菜たっぷり卵スープ 27日
- ◎小松菜と厚揚げの炒め煮 27日
- 東中 1年3組
- 中央小 4年2組
- 東小 6年2組
- 北小 2年3組
- 塚越小 4年1組

新城 加那(しんじょう かな)さん
岩本 諒太(いわもと りょうた)さん
前田 颯(まえだ いぶき)さん
渡邊 花映(わたなべ かえ)さん
鈴木 知夏(すずき ちなつ)さん



こんげつは、
わらびさんの
はくさいをしょうします！
あじわっていただきましょう

