



# 令和8年2月 学校給食こんだて表



※ 牛乳は毎日ついています。

彦根市教育委員会

日	献立名	使用するおもな材料		
		赤の仲間 血や肉になる	黄の仲間 熟や力のもとになる	緑の仲間 体の調子を整える
2月	主食 主菜 副菜 副菜 ごはん 焼きぎょうざ 糸寒天ときゅうりのすの物 八宝菜	牛乳 ギョウザ 糸寒天 ぶた肉	米 さとう 油 でんぶん	きゅうり はくさい たまねぎ にんじん たけのこ チングンサイ 干しこいだけ
3火	主食 主菜 副菜 副菜 ●節分こんだての日● ●カルちゃんの日● コッペパン 小豆わんフライ 大豆のヨコロコサラダ コンソメジュリアンスープ	牛乳 いわしフライ 大豆 ベーコン	コッペパン 油 ノンエッグマヨネーズ	プロッコリー キャベツ にんじん たまねぎ セロリー 青ピーマン
4水	主食 主菜 副菜 副菜 ソフトめん たまごじうどうじる とり肉のしうが焼き くきわかめのいため物	牛乳 たまご とり肉 さつまあげ くきわかめ	ソフトめん でんぶん 油 さとう ごま	たまねぎ にんじん ぶなしめじ みつば しうが ごぼう
5木	主食 主菜 副菜 副菜 ●せんいちやんの日● ごはん あじのねぎみそ焼き キャベツのこんぶあえ じゃがいものそぼろ煮	牛乳 まあじ みそ 塩こんぶ ぶたひき肉 生あげ	米 さとう ジャガイモ 油 でんぶん	葉ねぎ キャベツ こまつな にんじん だいこん 干しこいだけ さやいんげん
6金	主食 主菜 副菜 副菜 チャーハン ごもくパオズ（五目包子） ほうれんそうともやしのいためもの 白菜の中華風ミルクスープ	牛乳 五目包子 とり肉	米 強化米 ごま油 油 でんぶん	にんじん たまねぎ 干しこいだけ 葉ねぎ とうもろこし ほうれんそう もやし はくさい ぶなしめじ
9月	主食 主菜 副菜 副菜 ●滋賀の日● ●鉄ちゃんの日● ごはん ほっつけの塩焼き こまつなのごまあえ おでん	牛乳 ほっつけ とり肉 こんぶ がんもどき ちくわ	米 ごま さといも さとう	こまつな はくさい だいこん 赤こんにゃく
10火	主食 主菜 副菜 副菜 ごはん 照り焼きハンバーグ プロッコリーのかつおあえ さつまいものみそしる	牛乳 ハンバーグ かつお節 油あげ みそ	米 さとう でんぶん さつまいも	プロッコリー もやし だいこん ごぼう 葉ねぎ
12木	主食 主菜 副菜 副菜 ごはん とり肉のからあげ チングンサイの中華いため 肉団子とはるさめの中華スープ	牛乳 とり肉 肉だんご	米 でんぶん 油 はるさめ ごま油	しうが チングンサイ もやし たけのこ はくさい にんじん
13金	主食 主菜 副菜 副菜 コーンピラフ とうふナゲット れんこんとにんじんのソテー ミニストローネ	牛乳 とうふナゲット ワインナー	米 強化米 油 オリーブ油 マカロニ	とうもろこし エリンギ 青ピーマン れんこん にんじん たまねぎ キャベツ セロリー トマト にんにく
16月	主食 主菜 副菜 副菜 ごはん ちぐさ焼き きんぴら だいこんのみそしる	牛乳 たまご ツナ とうふ 油あげ みそ	米 でんぶん さとう 油	たまねぎ とうもろこし 青ピーマン ごぼう にんじん しらたき だいこん ぶなしめじ 葉ねぎ
17火	主食 主菜 副菜 副菜 ●どんぶりの日● 麦ごはん 近江牛カレー ししゃもフライ プロッコリーのソテー	牛乳 牛肉 ししゃもフライ	米 大麦 ジャガイモ 油 カレールウ	しうが にんにく たまねぎ にんじん プロッコリー
18水	主食 主菜 副菜 副菜 中華めん ちゃんぽんめんのスープ いかの中華いため さつまいももち	牛乳 ぶた肉 いか	中華めん 油 ごま油 さつまいももち	キャベツ もやし にんじん 葉ねぎ しうが チングンサイ とうもろこし
19木	主食 主菜 副菜 副菜 ごはん さばのしうが煮 はくさいのかつおあえ ぶたじる	牛乳 さば かつお節 ぶた肉 みそ	米 さとう さつまいも	しうが ほうれんそう はくさい にんじん だいこん 葉ねぎ
20金	主食 主菜 副菜 副菜 たきこみごはん とり肉の塩こうじ焼き いんげんのごまマヨいため すまじる	牛乳 油あげ とり肉 わかめ とうふ	米 強化米 ノンエッグマヨネーズ ごま	干しこいだけ ごぼう グリンピース サやいんげん にんじん たまねぎ えのきだけ
24火	主食 主菜 副菜 副菜 ごはん さわらのレモンじゅうゆがけ じゅがいもの千切りいため とうふと油あげのみそしる	牛乳 さわら 油あげ とうふ みそ	米 強化米 ジャガイモ 油	レモン果汁 青ピーマン たまねぎ 葉ねぎ
25水	主食 主菜 副菜 副菜 コッペパン ブレーンオムレツ コールスローサラダ クリームシチュー	牛乳 ブレーンオムレツ とり肉	コッペパン ドレッシング じゅがいも ホワイトルウ	キャベツ きゅうり たまねぎ にんじん マッシュルーム えだまめ
26木	主食 主菜 副菜 副菜 ごはん さけのあますあんかけ もやしとにらのいためもの 中華風コーンスープ	牛乳 しろさけ 焼きぶた	米 でんぶん 油 さとう ごま油	もやし にら とうもろこし たまねぎ バセリ クリームコーン
27金	主食 主菜 副菜 副菜 わかめごはん とりと根菜の平つくね にんじんしりしり ぶた肉と里いもの煮物	牛乳 わかめごはんのもと とり肉と根菜の平つくね ツナ ぶた肉 生あげ みそ	米 油 さといも さとう	にんじん しうが だいこん 干しこいだけ 赤こんにゃく

・学校行事、材料の都合により一部献立を変更することがあります。

今月の平均栄養価 (JPN-565 kcal たんぱく質 17.7 % 脂質 28.4 % 加熱カル 325 mg 鉄分 5.0 mg ビタミンA 195 ug ビタミンB1 0.39 mg ビタミンB2 0.50 mg ビタミンC 24 mg 食塩相当量 2.0 g)

文部科学省基準 (JPN-650 kcal たんぱく質13~20 % 脂質20~30 % 加熱カル 350 mg 鉄分 3.0 mg ビタミンA 200 ug ビタミンB1 0.40 mg ビタミンB2 0.40 mg ビタミンC 25 mg 食塩相当量2g未満)