

令和8年2月 献立表

南葛西第二小学校

日	曜	献立名		主な使用食材		
				赤：血や肉になる	黄：熱や力の元になる	緑：体の調子を整える
2	月	牛乳	ご飯		米、麦	
			ジャンボしゅうまい	豚肉	三温糖、ごま油、でん粉、しゅうまいの皮	しょうが、キャベツ、干し椎茸
			春雨サラダ		緑豆はるさめ、三温糖、ごま油、白ごま	キャベツ、もやし、にんじん、きゅうり
			中華コーンスープ	たまご、木綿豆腐	ごま油、でん粉	ねぎ、えのきたけ、にんじん、クリームコーン缶、ホールコーン缶、こまつ
3	火	牛乳	★節分献立★			
			いわしのかば焼き丼	いわし	米、麦、小麦粉、でん粉、油、三温糖	しょうが
			かまぼこのすまし汁	ちらしかまぼこ	白ごま	
			黒糖大豆	大豆	こんにゃく	にんじん、だいこん、ねぎ、こまつな
4	水	牛乳	親子丼	鶏肉、たまご	黒砂糖、でん粉	
			きびなごの竜田揚げ	鶏肉、たまご	米、麦、さとう	玉ねぎ、にんじん
			のっぺい汁	きびなご	でん粉、油	しょうが
			りんご	木綿豆腐	でん粉	だいこん、にんじん、ごぼう、こまつな
5	木	牛乳	ご飯			りんご
			さばの塩こうじ焼き		米、麦	
			野菜のごまみそ和え	さば		
			さつま汁	みそ	白ごま、三温糖	こまつな、もやし、にんじん
6	金	牛乳	ツナコーントースト	油揚げ、木綿豆腐、みそ	さつまいも	にんじん、玉ねぎ、だいこん、ねぎ
			きのこのサラダ	ツナ缶、ピザチーズ	食パン、エッグフリーマヨネーズ	玉ねぎ、ホールコーン缶
			チキンポトフ		オリーブ油、三温糖	こまつな、キャベツ、にんじん、ホールコーン缶、にんにく、エリンギ、しめじ、えのきたけ、玉ねぎ
			オレンジ	鶏肉	油、じゃがいも	にんにく、玉ねぎ、にんじん、キャベツ
7	土	牛乳	ハヤシライス			オレンジ
			海藻サラダ	豚肉、生クリーム	米、麦、油、三温糖、バター、小麦粉	にんにく、しょうが、玉ねぎ、にんじん、マッシュルーム
			フルーツポンチ	糸寒天、わかめ、くきわかめ	白ごま、油、ごま油、さとう	もやし、きゅうり、ホールコーン缶
					さとう	りんご缶、パイナップル缶、黄桃缶
10	火	牛乳	ミートソーススパゲッティ	豚肉、大豆	スパゲッティ、オリーブ油、油	にんにく、セロリ、玉ねぎ、にんじん、マッシュルーム、トマト缶
			ごぼうチップスサラダ		油、三温糖	キャベツ、にんじん、こまつな、ホールコーン缶、ごぼう
			オニオンスープ		油	玉ねぎ、にんじん、しめじ
			オレンジ			オレンジ
12	木	牛乳	ご飯		米、麦	
			たらのマヨネーズ焼き	まだら	エッグフリーマヨネーズ	
			カレーきんぴら	豚肉	油、じゃがいも、こんにゃく、三温糖、白ごま	にんじん、ごぼう
			かぶのみそ汁	油揚げ、木綿豆腐、みそ		えのきたけ、にんじん、かぶ、ねぎ
13	金	牛乳	ベーコンフランスパン			
			フレンチサラダ	ベーコン、ピザチーズ	ソフトフランスパン、油	玉ねぎ
			お豆のトマト煮		油、さとう	キャベツ、きゅうり、にんじん、ホールコーン缶
			チョコプリン	鶏肉、白いんげん豆、大豆	油、じゃがいも、三温糖	にんにく、玉ねぎ、にんじん
16	月	牛乳	アガー、牛乳、豆乳		さとう	
			ビビンバチャーハン	豚肉、たまご	米、油、ごま油、白ごま	しょうが、にんにく、にんじん、ねぎ、はくさいキムチ、こまつな、もやし
			焼きししゃも	ししゃも	油	
			わかめスープ	鶏肉、生揚げ、わかめ	白ごま	玉ねぎ、にんじん
17	火	牛乳	オレンジ			オレンジ
			ご飯		米、麦	
			おかかふりかけ	かつお節、刻みのり	三温糖、白ごま	
			肉じゃが	豚肉、生揚げ	油、こんにゃく、じゃがいも、三温糖	玉ねぎ、にんじん
18	水	牛乳	白菜のみそ汁	木綿豆腐、油揚げ、みそ、大豆		だいこん、にんじん、はくさい
			ピザドッグ	フランクフルト、ピザチーズ	コッペパン、油	にんにく、玉ねぎ、ピーマン
			ハニーマサラダ		じゃがいも、油、はちみつ	キャベツ、きゅうり、にんじん
			さつまいもシチュー	鶏肉、大豆、牛乳、豆乳	油、さつまいも、バター、小麦粉	にんじん、玉ねぎ
19	木	牛乳	★食育の日献立★青森県			
			ほたてご飯			
			いかのかりんとう揚げ	鶏肉、ほたてがい	米、油、三温糖	にんじん、たけのこ、干し椎茸
			五色和え	いか	でん粉、油、三温糖	しょうが
			せんべい汁		三温糖、油、白ごま	こまつな、にんじん、もやし、キャベツ、ホールコーン缶
20	金	牛乳			南部せんべい	だいこん、にんじん、ごぼう、干し椎茸、はくさい
			海鮮あんかけ焼きそば	豚肉、えび、いか	しょうが、にんにく、干し椎茸、たけのこ、にんじん、玉ねぎ、もやし、ちんげんさい	
			もやしとわかめのサラダ	わかめ	白ごま、三温糖、ごま油	もやし、こまつな、にんじん
			さつまいものごま団子		さつまいも、さとう、白玉粉、小麦粉、白ごま、油	
24	火	牛乳	ご飯		米、麦	
			スタミナ納豆			
			鮭のにんにく醤油焼き	鶏肉、納豆	ごま油、三温糖	しょうが、にんにく、こねぎ
			小松菜のごま和え	鮭		にんにく
25	水	牛乳	じゃがいものみそ汁	みそ	白ごま、三温糖	こまつな、もやし、にんじん
			麻婆豆腐丼	油揚げ、みそ	じゃがいも	玉ねぎ、こまつな、にんじん、ねぎ
			春雨スープ	豚肉、木綿豆腐、みそ	米、麦、油、さとう、でん粉、ごま油	にんにく、しょうが、ねぎ、玉ねぎ、にんじん、干し椎茸、たけのこ
			ぶどうゼリー	鶏肉	春雨、白ごま	にんじん、えのきたけ、もやし、はくさい、ねぎ、こまつな
26	木	牛乳		粉寒天	さとう	ぶどうジュース
			ご飯		米、麦	
			コロケ			
			和風サラダ	鶏肉	油、じゃがいも、小麦粉、パン粉、油、三温糖	玉ねぎ
27	金	牛乳	なめこのみそ汁		油、ごま油、三温糖、白ごま	もやし、にんじん、こまつな、ホールコーン缶、しょうが
				油揚げ、木綿豆腐、みそ		にんじん、なめこ、ねぎ
			胚芽パン		胚芽パン	
			スパニッシュオムレツ	ベーコン、たまご、豆乳、ピザチーズ、粉チーズ	油、じゃがいも、三温糖	玉ねぎ
			オニオンサラダ		白ごま、三温糖、油	キャベツ、きゅうり、にんじん、ホールコーン缶、えだまめ、玉ねぎ
			ABCスープ		アルファベットマカロニ	玉ねぎ、にんじん、キャベツ、こまつな
			バナナ			バナナ

※都合により、献立や食材が変更になる場合があります。