



令和8年 2月 学校給食献立表

♥自分でできるよ かしこい食事 東かがわっ子 ♥

東かがわ市給食センター

日 曜	献立名	使用する食品名							栄養価	
		おもに体の組織をつくる(赤)		おもに体の調子を整える(緑)		おもにエネルギーとなる(黄)		調味料ほか	小学校4年	中学校8年
		1群	2群	3群	4群	5群	6群		エネルギー(kcal)	たんぱく質(g)
		魚・肉・卵・豆・豆製品	牛乳・小魚・海藻	緑黄色野菜	その他の野菜・きのこ・果物	穀類・いも類・砂糖	油脂・種実			
2 月	ビビンバ	豚肉			たまねぎ にんにく	米 砂糖	なたね油	中華風調味料 酒 しょうゆ とうがらし	580	756
	牛乳	牛乳								
	ナムル			にんじん ほうれんそう こまつな	もやし	砂糖	ごま油 ごま	酢 しょうゆ		
	わかめスープ	すまき (鶏卵なし)	わかめ	にんじん ねぎ	たけのこ たまねぎ			チキンコンソメ 中華風調味料 ガラスープ 煮干し(だし) しょうゆ	25.1	31.6
	角チーズ(小学校・中学校)		チーズ							
3 火	ごはん				米				651	828
	牛乳	牛乳								
	いわしのかば焼き	いわし			しょうが	砂糖 でんぶん	なたね油	しょうゆ みりん 酢		
	ポン酢あえ			こまつな にんじん	もやし キャベツ	砂糖		しょうゆ ポン酢		
	さつまいものみそ汁	油揚げ みそ		ねぎ	たまねぎ	さつまいも		煮干し(だし) こんぶ(だし)	24.7	28.3
4 水	節分豆(小学校・中学校)	大豆							597	772
	コッペパン				パン					
	牛乳	牛乳								
	白菜のクリーム煮	鶏肉 バラベーコン (乳・鶏卵なし)	牛乳 チーズ	にんじん	はくさい たまねぎ しめじ	じゃがいも でんぶん 小麦粉	なたね油 バター	白ワイン チキンコンソメ スープストック ポタージュ粉末		
	キャベツとブロッコリーのサラダ			ブロッコリー にんじん	キャベツ	砂糖	オリーブ油 なたね油	酢 しょうゆ	23.4	30
5 木	りんご				りんご				595	763
	いちごジャム(小学校・中学校)				ジャム					
	ごはん				米					
	牛乳	牛乳								
	卵焼き	卵焼き								
6 金	おかかあえ	かつお節		ほうれんそう にんじん	はくさい もやし	砂糖		しょうゆ ポン酢	24.1	28.7
	しつぼくうどん汁	豚肉 油揚げ すまき (鶏卵なし)		にんじん ねぎ	ごぼう だいこん	うどん	なたね油	酒 こんぶ(だし) けずりぶし(だし) しょうゆ みりん		
	のりつくだに	のりつくだに								
	ごはん				米					
	牛乳	牛乳								
9 月	肉じゃが	豚肉		にんじん さやいんげん	しょうが たまねぎ	じゃがいも しらたき 砂糖	なたね油	酒 しょうゆ みりん けずりぶし(だし)	600	793
	ごまあえ			ほうれんそう こまつな にんじん	もやし	砂糖	ごま	しょうゆ		
	デコポン				デコポン					
	ごはん				米					
	牛乳	牛乳								
10 火	八宝菜	豚肉 すまき(鶏卵なし)		にんじん チンゲンサイ	しょうが たけのこ きくらげ たまねぎ はくさい	でんぶん	なたね油	酒 しょうゆ チキンコンソメ 中華風調味料	681	854
	もやしの中華サラダ			にんじん	もやし キャベツ きゅうり	砂糖	ごま油 ごま	酢 しょうゆ		
	春巻き(小学校・中学校)	春巻き					なたね油		21.9	27.2
	ごはん				米					
	牛乳	牛乳								
12 木	厚揚げとじゃがいもの煮物	厚揚げ 豚肉 大豆		にんじん さやいんげん	しょうが たまねぎ 干ししいたけ	じゃがいも こんにゃく 砂糖	なたね油	酒 しょうゆ けずりぶし(だし)	621	823
	おかかこんぶあえ	かつお節	しおこんぶ	ほうれんそう にんじん こまつな	キャベツ			しょうゆ ポン酢		
	オレンジ				オレンジ				25.7	32.6
	ごはん				米					
	牛乳	牛乳								
13 金	さばのみそ煮	さばのみそ煮							648	873
	茎わかめきんぴら	豚肉	くきわかめ	にんじん さやいんげん	ごぼう	こんにゃく 砂糖	なたね油	酒 みりん しょうゆ かつお風味調味料		
	ふしめんのすまし汁	すまき (鶏卵なし)		にんじん ねぎ	たまねぎ えのきたけ	ふしそうめん		しょうゆ こんぶ(だし) けずりぶし(だし)	23.5	30.4
	カレーライス	豚肉	牛乳 チーズ	にんじん	たまねぎ ににく	米 麦 じゃがいも でんぶん	なたね油	白ワイン カレールウ トマトケチャップ チャツネ ウスターーソース ビーフコンソメ カレー粉	634	840
	牛乳	牛乳								
13 金	レタスとハムのサラダ	ロースハム (乳・鶏卵なし)		ブロッコリー にんじん	レタス キャベツ きゅうり	砂糖	なたね油	しょうゆ 酢 ポン酢	21.8	27.7
	デコポン				デコポン					



令和8年 2月 学校給食献立表

自分でできるよ かしこい食事 東かがわっ子

東かがわ市給食センター

おめでとう給食

ベジチャレード

日	曜	献立名	使用する食品名						栄養価		
			おもに体の組織をつくる(赤)		おもに体の調子を整える(緑)		おもにエネルギーとなる(黄)		調味料ほか	小学校4年	
			1群	2群	3群	4群	5群	6群		中学校8年	
16	月	ごはん 牛乳 ハート型照り焼きハンバーグ ポテトと野菜のサラダ エッグフリーマヨネーズ 野菜のスープ煮	魚・肉・卵・豆・豆製品 牛乳・小魚・海藻	緑黄色野菜	その他の野菜・きのこ・果物	穀類・いも類・砂糖	油脂・種実	690	898	21.8	27.2
					米						
			牛乳		しょうが	砂糖 でんぶん			みりん しょうゆ 酒		
		ハンバーグ		にんじん	たまねぎ コーン きゅうり	マカロニ じゃがいも	なたね油 エッグフリーマヨネーズ	酢			
				にんじん	セロリ たまねぎ はくさい		なたね油		白ワイン ガラスープ チキンコンソメ スープストック しょうゆ		
17	火	ごはん 牛乳 白身魚のフライ タルタルソース コーンサラダ 春雨の卵スープ			米					677	862
			牛乳								
		白身魚のフライ		にんじん	キャベツ レタス きゅうり コーン	砂糖	なたね油 オリーブ油	タルタルソース			
								酢 しょうゆ		24.3	28.5
			鶏卵 バラベーコン (乳・鶏卵なし)	チングンサイ にんじん ねぎ	はくさい たけのこ たまねぎ きくらげ	はるさめ でんぶん	なたね油	ガラスープ しょうゆ チキンコンソメ 中華風調味料			
18	水	コッペパン(小学校・中学校) 牛乳 スパゲティミートソース プロッコリーサラダ オレンジ キャンディチーズ(中学校)			パン					596	837
			牛乳								
		豚肉 大豆		トマト にんじん	たまねぎ にんにく	スパゲティ 小麦粉 砂糖	なたね油 オリーブ油	赤ワイン トマトピューレー トマトケチャップ ウスターソース チキンコンソメ			
				ブロッコリー にんじん	キャベツ きゅうり	砂糖	オリーブ油 なたね油	しょうゆ 酢		26.1	37
					オレンジ						
19	木	ごはん 牛乳 さばのこま照り焼き いそかあえ 野菜70gのみぞ汁			チーズ						
			牛乳			米					
		さば				しょうが	ごま	しょうゆ 酒 みりん		596	780
			のり	ほうれんそう にんじん	はくさい もやし			しょうゆ ボン酢		27.3	33.5
			豆腐 油揚げ みそ	にんじん ねぎ	たまねぎ だいこん			こんぶ(だし) 煮干し(だし)			
20	金	ごはん 牛乳 鶏肉の米粉揚げ アーモンドあえ ひじきとがんもの煮物				米				673	896
			牛乳								
		鶏肉			ほうれんそう こまつな にんじん	キャベツ	でんぶん 米粉	なたね油	しょうゆ 酒		
				ひじき	にんじん さやいんげん	ごぼう	砂糖	アーモンド	酢 しょうゆ	30.1	38.6
			豚肉 がんもどき					なたね油	酒 みりん しょうゆ けずりぶし(だし)		
24	火	けんちんどんぶり 牛乳 菜花のごまあえ デコポン		鶏肉 豆腐 すまき(鶏卵なし) 鶏卵	にんじん ねぎ	たまねぎ 干しこいたけ	米 麦 砂糖 でんぶん	なたね油	酒 しょうゆ みりん けずりぶし(だし) こんぶ(だし)	589	779
			牛乳								
				ほうれんそう なばな	キャベツ コーン	砂糖	ごま	しょうゆ		25.7	32.4
					デコポン						
25	水	ミルクパン 牛乳 ポークピーンズ ツナサラダ オレンジ				ミルクパン				590	758
			牛乳								
		豚肉 バラベーコン(乳・鶏卵なし) 大豆		にんじん さやいんげん トマト	にんにく たまねぎ	じゃがいも 砂糖	なたね油	赤ワイン トマトピューレー トマトケチャップ ウスターソース チキンコンソメ			
		まぐろ油漬け		ブロッコリー にんじん	きゅうり キャベツ レモン オレンジ	砂糖	なたね油 オリーブ油	しょうゆ		28.5	36.6
26	木	わかめごはん 牛乳 ししゃものカラフルてんぶら 春菊のごまあえ えのきたけのみぞ汁		わかめ		米				620	809
			牛乳								
			ししゃも	にんじん		てんぶら粉	なたね油	パセリ粉末			
				ほうれんそう しゅんぎく にんじん	はくさい もやし	砂糖	ごま	しょうゆ ボン酢		23.7	28.4
			油揚げ 豆腐 みそ	ねぎ	たまねぎ えのきたけ			煮干し(だし) こんぶ(だし)			
27	金	えびとコーンのピラフ 牛乳 じゃがいもとかぼちゃのサラダ エッグフリーマヨネーズ 豚肉とビーフンのスープ		えび バラベーコン (乳・鶏卵なし)	にんじん	たまねぎ コーン	米	なたね油	チキンコンソメ 白ワイン	594	768
			牛乳								
				かぼちゃ	たまねぎ きゅうり	じゃがいも	なたね油 エッグフリーマヨネーズ	酢		22.1	28.1
									酒 ガラスープ しょうゆ 中華風調味料 チキンコンソメ		
			豚肉 すまき(鶏卵なし)	チングンサイ にんじん	もやし 干しこいたけ たまねぎ	ビーフン	なたね油				

※塩・こしょう等少量の調味料は紙面の都合により表示していません。

※都合により、献立は変更することがあります。

※食物アレルギー等で対応の必要な場合は、毎日献立表を確認してください。

※献立表では、東かがわ市産の産物と、産物を使った料理を太字で表示しています。

※東かがわ市の公式サイトでも献立表や給食レシピを公開しています。東かがわ市 → 教育委員会 → 給食センター

東かがわ市産



給食センターホームページにこどもたちに人気のメニューなど給食のおすすめレシピを掲載しています。→

2月26日(木)の「春菊の
ごまあえ」も掲載しています♪