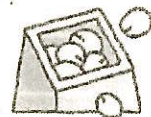




がつ

もいつけひょう



月

火

水

木

金

2 ぎゆうにゆう いちご ささみのサラダ ハヤシライス	3 ぎゆうにゆう ふくまめ まぐろとじゃがいものあげ みそ汁 しおナムル	4 はっこうにゆう ふたはくのうまがし 2きうねごはん かきうスー	5 ぎゆうにゆう ハンバーグ 2きいも サンドパン コーンポタージュ	6 ぎゆうにゆう かきあげ 2ましあ 2はん ちくぜん
9 ぎゆうにゆう うじきのサラダ キーマカレー	10 ぎゆうにゆう いんげん コーンポタージュ ポテト とりのスパイスあげ ソフトフランスパン	11 建国記念の日	12 はっこうにゆう さけのしあやき 2あじどうふのいりあげ 2いさん さつまじる	13 ぎゆうにゆう ココアむしパン フレンチサラダ スパゲッティミートソースあえ
16 ぎゆうにゆう とりのてんぷら 2まあえ 2いんげん おでん	17 ぎゆうにゆう すふた くらパン らゆうがユース	18 ぎゆうにゆう りんご さばのみそ きりしほのいんげん 2いさん けんちん	19 ぎゆうにゆう カレー ソフトめん コールスロー	20 ぎゆうにゆう やきシウマイ 2まめ 2んが 2いさん
23 天皇誕生日	24 ぎゆうにゆう オレンジ だいこんサラダ クリームスパゲッティ こがたロールパン	25 ぎゆうにゆう トック マーボーどん	26 ぎゆうにゆう バーベキューチキン ポテトサラダ コッペパン やさいす	27 はっこうにゆう ABCスー しんが チキンライス



2026年（令和8年） 2月学校給食標準予定献立表

逗子市立久木小学校

日 (曜)	こんだてめい	ざいりょうのしゅるいといたないではたらき			栄養価			
		からだをつくるしょくひん（赤）	ねつやちからになるしょくひん（黄）	からだの調子を整えるしょくひん（緑）	熱量 (kcal)	蛋白 (g)	脂肪 (g)	塩分 (g)
2 (月)	ハヤシライス ささみのサラダ いちご	ぶたにく、なまクリーム ぎゅうにゅう、とりこ	こめ、あぶら、じゃがいも こむぎこ さとう、ごまあぶら	たまねぎ、にんじん、マッシュルーム ホールトマト、トマトピューレ グリーンピース、キャベツ、きゅうり いちご	674	23.9	23.0	2.2
3 (火)	みそにこみうどん まぐろとじゃがいものあげに しおナムル ふくまめ	ぶたにく、あぶらあげ けずりぶし、みそ ぎゅうにゅう、まぐろ、だいず	うどん、でんぶ こむぎこ、じゃがいも あぶら、さとう ごまあぶら	かぼちゃ、にんじん、こんにやく ごぼう、ながねぎ もやし、きゅうり	611	29.8	21.0	3
4 (水)	こぎつねごはん ぶたにくのこうみがけ かふうスープ	あぶらあげ、けずりぶし はっこうにゅう ぶたにく、たまご とうふ	こめ、さとう、でんぶ こむぎこ、あぶら	にんじん、ながねぎ たまねぎ、もやし、キャベツ チンゲンサイ	668	28.8	24.7	2.6
5 (木)	サンドパン ハンバーグ こふきいも コーンポタージュスープ	ぎゅうにゅう、ハンバーグ ベーコン ちゅうりぎゅうにゅう なまクリーム	サンドパン、あぶら、さとう じゃがいも コーンスターチ、バター	パセリ、にんじん、たまねぎ とうもろこし	674	29.3	29.2	3
6 (金)	ごはん ごましお ちくせんに かきあげ	ぎゅうにゅう、とりこ こおりどうふ、けずりぶし ちくわ、たまご、のり	こめ、ごま、じゃがいも あぶら、さとう、こむぎこ	にんじん、ごぼう、たけのこ グリーンピース、こんにやく たまねぎ	627	23.4	19.9	2.4
9 (月)	キーマカレー ひじきのサラダ	ぶたにく、だいず ぎゅうにゅう ひじき、まぐろあぶらづけ	こめ、あぶら じゃがいも、こむぎこ さとう、ごまあぶら	にんにく、しょうが、たまねぎ にんじん、ホールトマト グリーンピース、キャベツ、きゅうり とうもろこし	654	24.0	24.8	1.9
10 (火)	ソフトフランスパン とりのスパイスあげ コーンソテー ポトフ いよかん	ぎゅうにゅう、とりこ ウイナー ベーコン	ソフトフランスパン、こむぎこ あぶら、バター、じゃがいも	にんにく、とうもろこし、たまねぎ にんじん、だいこん、セロリー キャベツ、いよかん	641	27.9	28.4	3.1
12 (木)	ごはん さけのしおやき こおりどうふのいために さつまじり	はっこうにゅう、さけ、とりこ ぶたにく、みそ こおりどうふ、けずりぶし あぶらあげ、とうふ	こめ、あぶら ごまあぶら、さとう さつまいも	しょうが、にんにく、にんじん たけのこ、こまつな だいこん、ごぼう、ながねぎ こんにやく	604	29.6	16.1	1.9
13 (金)	スパゲッティミートソースあえ フレンチサラダ ココアむしパン	ぶたにく、チーズ、なまクリーム ぎゅうにゅう ちゅうりぎゅうにゅう	スパゲッティ、あぶら バター、さとう ホットケーキミックス	にんにく、たまねぎ、ピーマン にんじん、セロリー、キャベツ トマトピューレ、ホールトマト きゅうり	656	24.2	26.4	3
16 (月)	だいこんぼごはん おでん とりのてんぷら ごまあえ	ぎゅうにゅう、さつまあげ いかボール、つみれ、ちくわ あげボール、はんぺん、こんぶ けずりぶし、とりこ、たまご	こめ、さとう、こむぎこ あぶら、ごま	だいこんは、だいこん ほうれんそう、もやし こんにやく	626	27.5	19.9	2.8
17 (火)	くるパン すぶた ちゅうかコーンスープ	ぎゅうにゅう、ぶたにく ミートボール、うずらたまご たまご	くるパン、でんぶ、あぶら じゃがいも、さとう	しょうが、たまねぎ、にんじん ピーマン、たけのこ パプリカ、キャベツ、パセリ とうもろこし	658	26.2	25.4	3.8
18 (水)	ごはん さばのみそに きりぼしだいこんのいために けんちんじる りんご	ぎゅうにゅう、さば みそ、ぶたにく とうふ、あぶらあげ、けずりぶし	こめ、さとう、あぶら さといも、じゃがいも	しょうが、ながねぎ きりぼしだいこん、にんじん こんにやく、だいこん こまつな、ごぼう	663	24.7	24.8	2.4
19 (木)	ソフトめん カレー コールスローサラダ	ぶたにく、ぎゅうにゅう ちゅうりぎゅうにゅう なまクリーム	ソフトめん、あぶら、じゃがいも こむぎこ、さとう	にんにく、しょうが、たまねぎ にんじん、キャベツ、きゅうり とうもろこし	689	23.5	25.3	3.2
20 (金)	こんぶごはん やしきしゅうまい にまめ ぶたじる	とりこ、あぶらあげ、けずりぶし こんぶ、ひじき ぎゅうにゅう、ポークしゅうまい ぶたにく、とうふ、みそ	こめ、あぶら、さとう、さといも じゃがいも、いんげんまめ	ごぼう、にんじん グリーンピース だいこん、ながねぎ	653	28.1	20.5	2.6
24 (火)	こがたロールパン クリームスパゲッティ だいこんサラダ オレンジ	ぎゅうにゅう、とりこ ちゅうりぎゅうにゅう まぐろあぶらづけ	ロールパン、スパゲッティ あぶら、こむぎこ バター、さとう、ごまあぶら	たまねぎ、にんじん、キャベツ だいこん、きゅうり、とうもろこし オレンジ	637	25.0	25.7	2.6
25 (水)	マーボーどん トック	ぶたにく、みそ、とうふ ぎゅうにゅう とりこ	こめ、あぶら、さとう、でんぶ ごまあぶら、もち	しょうが、にんにく、ながねぎ にんじん、こまつな、だいこん	634	28.0	21.3	2.4
26 (木)	コッペパン バーベキューチキン ポテトサラダ やさしいスープ	ぎゅうにゅう、とりこ ぶたにく	コッペパン、あぶら、じゃがいも マヨネーズ、さとう	にんにく、とうもろこし、にんじん きゅうり、たまねぎ、もやし、キャベツ チンゲンサイ	624	28.1	32.0	3.2
27 (金)	チキンライス しろみさかなのフライ ABCスープ	とりこ、はっこうにゅう メルルーサ、たまご、ぶたにく	こめ、あぶら、こむぎこ、パンこ じゃがいも、マカロニ	たまねぎ、にんじん、マッシュルーム トマトピューレ、パセリ、ピーマン とうもろこし	644	28.4	16.0	3.5

(注) 学校によって献立を変更することがあります。

