



## 2 がつ よていこんだてひょう



2026年

苅田町立学校給食センター

苅田町磯浜町2丁目2-9 TEL 093-436-0213

日 (曜)	主食 添え物	おかず	つかわれているしょくひんと そのはたらき						ひとりメモ
			あかのしょくひん おもにからだをつくる もとになるもの	みどりのしょくひん おもにからだのちうしを ととのえるもとになるもの	きいろのしょくひん おもにエネルギーの もとになるもの	ちょうみりょう 調味料 その他			
2 (月)	せわり コッペパン	チリコンカン キャベツとハムのマリネ	ぶたにく だいす チキンハム	ぎゅうにゅう	にんじん トマト パセリ	たまねぎ コーン キャベツ	パン さとう オリーブ オイル	しお こしょう ワイン チリパウダー ケチャップ ウスター ソース チリソース	【献立のねらい】 今月は「和食」のよさを知ろう というねらいで献立を立てています。また、節分にちなみ大豆や大豆製品を意識として取り入れています。
3 (火)	むぎ ごはん	【節分】 いわしのおかかに たぬきじる きりばし大いこんとごぼうのサラダ せつぶんまめ	いわし ツナ てんぶら かつおぶし たいす	ぎゅうにゅう	にんじん	たまねぎ ごぼう しょうが こんにゃく きりばし大いこん えのきだけ ねぶかねぎ	こめ むぎ さとう	オリーブ オイル ごま ドレッシング なたねあぶら	しお こしょう す さけ しょうゆ こんぶだし かつおだし
4 (水)	むぎ ごはん	ぶたにくのキムチいため♪ ひじきシューイ ワンタンスープ	ぶたにく ひじき	ぎゅうにゅう	にんじん にら ねぎ	たまねぎ にんにく キャベツ しいたけ はくさいキムチ もやし ワンタン	こめ むぎ さとう てんぶん なたねあぶら	なたねあぶら ごま	さけ しょうゆ しお チキンブイヨン こしょう ちゅうかスープ
5 (木)	ごはん	さんまのかんろに れんこんのきんぴら たまねぎのみそしる	さんま てんぶら あつあげ こめみそ	ぎゅうにゅう	ねぎ	たまねぎ こんにゃく れんこん えのきだけ キャベツ	こめ さとう	なたねあぶら ごま	しょうゆ みりん いりこだし
6 (金)	むぎ ごはん	けんさんやさいのあつやきたまご とりすき やさいのごまいため あじつけのり	たまご ちくわ とりにく あつあげ	ぎゅうにゅう	にんじん	たまねぎ こんにゃく えのきだけ はくさい ねぶかねぎ キャベツ コーン	こめ むぎ さとう	なたねあぶら ごま あぶら ごま	さけ しょうゆ しお こしょう
9 (月)	キロット パン♪	スペゲッティミートソース♪ キャベツとコーンのサラダ たくじょうイタリアンドレッシング	ぶたにく だいす	ぎゅうにゅう	にんじん トマト	たまねぎ にんにく マッシュルーム キャベツ コーン	パン さとう スペゲッティ ドレッシング	オリーブ オイル ワイン	しお こしょう ケチャップ ウスター ソース
10 (火)	ごはん	にくじやが♪ こまつなのにびたし みかん♪	ぶたにく あぶらあげ かつおぶし	ぎゅうにゅう	にんじん こまつな	たまねぎ こんにゃく えだまめ キャベツ みかん	こめ じやかいま さとう	なたねあぶら ごま	さけ しょうゆ しお みりん
12 (木)	けんさん こむぎ しょくパン	さけフライ♪ やさいのじゃこいため はくさいスープ	さけ ベーコン	ぎゅうにゅう	にんじん	たまねぎ キャベツ もやし セロリー はくさい	パン じやかいま	なたねあぶら	しょうゆ しお こしょう チキンブイヨン コソメ
13 (金)	スパイシー ライス	クリームに ほうれんそうとコーンのソテー <sup>りょうり</sup> チョコドーナツ	えび	ぎゅうにゅう	にんじん ほうれんそう	たまねぎ しめじ コーン	こめ コンスタチ チョコ(さとう) ドーナツ(さとう)	なたねあぶら バター なまクリーム	カレー しお ワイン チキンブイヨン こしょう しょうゆ
16 (月)	ソフト フランス パン	【フランスの料理】 <sup>りょうり</sup> アリヤキチキン♪コーンポタージュ♪ こまつなとワインナーのソテー	とりにく ワインナー	ぎゅうにゅう	にんじん こまつな	たまねぎ コーン	パン コンスタチ バター なまクリーム	なたねあぶら バター なまクリーム	しお こしょう コンソメ しょうゆ チキンブイヨン
17 (火)	むぎ ごはん	マーボーどうふ♪ ぎょうざ♪ はるさめとやさいのさつぱりいため♪	ぶたにく どうふ あかだしみそ	ぎゅうにゅう	にんじん ねぎ	たまねぎ しょうが にんにく しいたけ もやし キャベツ	こめ さとう むぎ てんぶん はるさめ	なたねあぶら	さけ しお しょうゆ とうばんじyan す こしょう
18 (水)	ごはん	【北海道の料理】 <sup>りょうり</sup> ぶたにくのジンギスカンふう いしかりじる ほっかいどうぎゅうにゅうプリン	ぶたにく さけ こめみそ	ぎゅうにゅう	にんじん	たまねぎ しょうが にんにく キャベツ もやし 大いこん ごぼう ねぶかねぎ	こめ さとう てんぶん じやかいま プリン(さとう)	なたねあぶら	みりん しょうゆ さけ ケチャップ ウスター ソース こんぶだし
19 (木)	むぎ ごはん	【教育の日:みそ】 ちくわのいそべあげ きんぴらごぼう♪ ぶたじる♪	ちくわ ぶたにく どうふ こめみそ	ぎゅうにゅう	にんじん ねぎ	こんにゃく ごぼう だいこん はくさい しょうが	こめ むぎ さとう さといも	なたねあぶら ごま	しょうゆ さけ いりこだし
20 (金)	わかめ ごはん	きつねうどん♪ ごもくまめ	あぶらあげ ちくわ だいす	ぎゅうにゅう	にんじん ねぎ	たまねぎ ごぼう	こめ むぎ うどん さとう	なたねあぶら	しょうゆ しお みりん こんぶだし かつおだし
24 (火)	ピタパン	キーマカレー♪ やさいソテー	ぶたにく だいす チキンハム	ぎゅうにゅう	にんじん トマト	たまねぎ にんにく しょうが セロリー たまねぎ コーン りんご キャベツ	ピタパン こむぎこ	オリーブ オイル なたねあぶら	しお こしょう しょうゆ カレー チキンブイヨン ケチャップ ウスター ソース ワイン
25 (水)	ごはん	さばのホイルやき もずくじる こうやどうふのあまからに	さば みそ ぶたにくちくわ こうやどうふ	ぎゅうにゅう	にんじん ねぎ	たまねぎ しょうが たけのこ えのきだけ	こめ さとう	なたねあぶら	さけ しお みりん す しお こんぶだし かつおだし
26 (木)	キムチ ごはん♪	シューイ ワカめスープ♪ ムース♪	ぶたにく とうふ わかめ	ぎゅうにゅう	にんじん ねぎ	たまねぎ しょうが はくさいキムチ	こめ さとう ムース(さとう)	なたねあぶら ごま ごまあぶら	しょうゆ さけ みりん チキンブイヨン しお ちゅうかスープ
27 (金)	むぎ ごはん	ひじきとたいすのいために みそおでん いっしょくこざかな	あぶらあげ みそ あつあげ だいす とりにくちくわ こいわし	ぎゅうにゅう	にんじん	えだまめ こんにゃく だいこん	こめ むぎ さとう さといも	なたねあぶら ごま	しょうゆ さけ みりん こんぶだし
2月分平均栄養価		エネルギー	597kcal	たんぱく質	15.0%	脂質	28.0%		【今月の地場産物予定】
栄養基準値			650kcal	エネルギー比	13~20%	エネルギー比	20~30%		かんだまち ごめ ごめ 対田町 采 采 采 みやこ町 または 行橋市 ねぎ 大根 白菜 ほれん草 はちみつ 小松菜

牛乳は毎日つきます。※茹田町のホームページでも献立表を公開しています。

天候の影響等、什入れ状況により使用食材が変更する場合があります。



	1位	2位	3位
ごはん	キムチごはん	カレー	ビビンバ
パン	メロンパン	キャロットパン	しょくパン+ジャム
めんるい	カレーうどん	きつねうどん	スパゲッティミートソース
おおきいおかず1	ぶたキムチ	マーボーうふ	にくじやが
おおきいおかず2	てりやきチキン	ぎょうざ	さけフライ
ちいさいおかず	たかなのあぶらいため	きんぴらごぼう	はるさめとやさいのさっぱりいため
しるもの	コーンポタージュ	わかめスープ	ぶたじる
べびー	ベビーフード	スイカ	ぱぱ