

令和8年

2月 予定献立表



伊東市学校給食センター
【南中・北中・対島中】

日	給食なし	献立	小麦	そば	卵	乳	えび	かに	ピーナッツ	赤の食べ物(1群・2群) (体の組織をつくる)	黄色の食べ物(5群・6群) (エネルギーになる)	緑の食べ物(3群・4群) (体の調子を整える)	調味料	エネルギーたんぱく質脂塩
2月		牛乳				X				牛乳				806 Kcal
		ご飯									米			38.8 g
		さばのアーモンド焼き								さば	アーモンド 砂糖		しょうゆ みりん	27.1 g
		おかか和え								かつお節		キャベツ 人参	しょうゆ	3.1 g
		ほうとう汁	X							味噌 油揚げ 豚肉	ほうとう(小麦粉 豆乳)	かぼちゃ 白菜	だし しょうゆ	
3火		節分豆◎								大豆				
	南中3年	牛乳				X				牛乳				787 Kcal
	北中3年	食パン◎	X			X				食パン (小麦粉)	ショートニング 砂糖	脱脂粉乳)		36.2 g
	対島中3年	ビーンスマサラ								大豆 豚肉 牛肉	でん粉 砂糖 油	玉ねぎ 人参 トマト	パイヨン しょうゆ ケチャップ	29.5 g
		ミニサラダ	X							味噌		しょうが にんにく	酒 カレー粉	3.1 g
4水		ミニサラダ									マカロニ 油 砂糖	キャベツ きゅうり コーン	酢 塩 こしょう	
		グレープゼリー								寒天	砂糖	ぶどうジュース		
	南中3年	牛乳				X				牛乳				747 Kcal
	北中3年	ご飯									米			38.3 g
	対島中3年	いかの磯辺揚げ								いか 青のり	でん粉 油	しょうが	しょうゆ	21.7 g
5木		納豆◎								納豆 (大豆)	タレ からし)			3.6 g
		静岡野菜の味噌豆乳汁								豆腐 豆乳 味噌	里芋 ごま油	白菜 大根 葉ねぎ	だし	
		りんご								鶏肉		りんご		
	南中8組	牛乳				X				牛乳				803 Kcal
	対島中4組	ご飯									米			30.6 g
6金		里芋コロッケ	X		X					鶏肉 卵	里芋 パン粉 マヨネーズ	玉ねぎ しいたけ	ソース しょうゆ オリーブ	21.7 g
		キャベツときゅうりのおかか和え								かつお節	油 小麦粉 砂糖	キャベツ きゅうり	しょうゆ	3.8 g
		たぬき汁								厚揚げ 味噌	こんにゃく	大根 人参 ごぼう	だし	
		グレープフルーツ										グレープフルーツ		
		フルーツ白玉									白玉だんご(もち米粉) 砂糖	みかん缶 パイン缶 もも缶		
9月		牛乳				X				牛乳				770 Kcal
		ロールパン◎	X			X				ロールパン (小麦粉)	ショートニング 砂糖	脱脂粉乳)		31.5 g
		チキンのブラウンシチュー	X			X				鶏肉 大豆	小麦粉 バター 油	玉ねぎ しめじ エリンギ	ケチャップ パイヨン	24.3 g
		マセドアンサラダ								ハム	じゃが芋 砂糖 油	さやいんげん にんにく	デミグラスソース ソース	3.7 g
		フルーツ白玉									じゃが芋 砂糖 油	きゅうり にんじん	酢 塩 こしょう	
10火		牛乳				X				牛乳				796 Kcal
		わかめご飯								わかめ	米			31.0 g
		ししゃも竜田揚げ◎	X							ししゃも竜田揚げ(ししゃも)	小麦粉 でん粉 砂糖			28.5 g
		お浸し								かつお節	油	ほうれん草	キャベツ	しょうゆ
		ブルーベリーゼリー◎								味噌 あさり	じゃが芋	キャベツ しめじ 人参	だし	3.1 g
12木		牛乳				X				牛乳				824 Kcal
		ご飯									米			40.7 g
		かつおとじゃが芋の味噌和え								かつお 味噌	じゃが芋 油 砂糖	しょうが	しょうゆ	25.2 g
		いろいろ野菜のごま和え									砂糖 すりごま	ほうれん草 いんげん 人参	しょうゆ	3.0 g
		ほうれん草と豆腐のスープ		X						豆腐 卵 豚肉	でん粉	ほうれん草 人参	だし しょうゆ 塩	
13金		牛乳				X				牛乳				800 Kcal
		ご飯									米			32.8 g
		麻婆豆腐								豆腐 豚肉 味噌	砂糖 でん粉 油	葉ねぎ 人参 しょうが	しょうゆ バイタン みりん	24.1 g
		野菜の中華和え									ごま油	キャベツ もやし 小松菜	しょうゆ 酢	2.7 g
		いちじく蒸しパン	X		X					ケーキミックス粉(小麦粉)	脱脂粉乳 砂糖			
13金		牛乳				X				牛乳				753 Kcal
		食パン◎	X			X				食パン (小麦粉)	ショートニング 砂糖	脱脂粉乳)		34.0 g
		さばのお茶フリッター	X	X						さば 卵	小麦粉 油		粉茶 塩 こしょう	33.3 g
		しらすとレタスのペペロンチーノ	X							しらす	スパゲティ オリーブ油	レタス にんにく	塩 こしょう とうがらし	3.7 g
		チンゲン菜のスープ								ベーコン		チンゲン菜 人参	チンタン しょうゆ 塩	
	はるみ										はるみ	こしょう		

日	給食なし	献立	小麦	そば	卵	乳	えび	かに	ピーナッツ	赤の食べ物(1群・2群) (体の組織をつくる)	黄色の食べ物(5群・6群) (エネルギーになる)	緑の食べ物(3群・4群) (体の調子を整える)	調味料	エネルギーたんぱく質脂質塩分
16月		牛乳				X				牛乳				811 Kcal
		ご飯									米			35.2 g
		豚肉と厚揚げの辛煮								厚揚げ 豚肉	でん粉 砂糖 ごま油	しめじ 根深ねぎ 人参	しょうゆ みりん 酒	25.3 g
		キャベツとわかめのお浸し								じゃこ わかめ		たけのこ しょうが	だし とうがらし	2.4 g
		マロンプリン					X			豆乳 脱脂粉乳	プリンの素 (砂糖) 栗かんろ煮			
17火		牛乳				X				牛乳				758 Kcal
		食パン◎	X			X				食パン (小麦粉	ショートニング 砂糖)	脱脂粉乳)		30.9 g
		メイプルジャム◎								メイプルジャム (砂糖	メイプルシロップ	寒天)		32.7 g
		鶏肉の唐揚げ								鶏肉	でん粉 油	しょうが	しょうゆ	4.3 g
		ポテトの香味和え								青のり	じゃが芋 ごま		塩 こしょう	
		茎わかめと卵のスープ			X					卵 茎わかめ 鶏肉	でん粉	玉ねぎ 人参 小松菜	チンタン しょうゆ 塩	
18水		牛乳				X				牛乳				819 Kcal
		担々麺	X							豚肉 味噌	中華麺 (小麦粉)	もやし 白菜	パイタン 酒 しょうゆ	38.9 g
		焼きぎょうざ◎	X							ぎょうざ (小麦粉	キャベツ	玉ねぎ なら しょうが	豚肉 豚脂 大豆)	27.1 g
		キャベツのナムル									ごま油	キャベツ もやし 人参	しょうゆ 酢	3.6 g
		はるみ										はるみ		
19木	南中	牛乳				X				牛乳				729 Kcal
	北中	チキンライス				X				鶏肉	米 バター 油	玉ねぎ 人参 マツタケ	ケチャップ 塩	27.3 g
	対島中	大根サラダ								ツナ (まぐろ)	油 砂糖	大根 きゅうり 人参	酢 しょうゆ 塩	24.7 g
		野菜スープ	X							ベーコン	マカロニ	玉ねぎ キャベツ	パイオン しょうゆ 塩	4.0 g
		ももの缶詰										ほうれん草 人参	こしょう	
20金	南中	牛乳				X				牛乳				773 Kcal
	1.2年	食パン◎	X			X				食パン (小麦粉	ショートニング 砂糖	脱脂粉乳)		38.8 g
	北中	鶏肉のごま焼き								鶏肉	ごま すりごま	にんにく	しょうゆ 塩	31.9 g
	1.2年	ツナサラダ								ツナ (まぐろ)	油 砂糖	キャベツ きゅうり 人参	酢 塩 からし	3.7 g
	対島中	トマトじゃがじゃが				X				牛肉 チーズ	じゃが芋 砂糖 油	トマト缶 玉ねぎ 人参	しょうゆ みりん	
24火	4組	パイ缶										パイ缶		
		牛乳				X				牛乳				818 Kcal
		カレーライス	X							豚肉	米 じゃが芋	玉ねぎ 人参	パイオン カレールウ	26.9 g
		じゃことごまのサラダ								じゃこ	小麦粉 油	グリーンピース しょうが	デミグラスソース ソース	23.5 g
		ヨーグルト◎				X				ヨーグルト	油 砂糖	もやし キャベツ きゅうり	酢 しょうゆ 塩	3.2 g
25水		牛乳				X				牛乳				748 Kcal
		ご飯									米			31.4 g
		厚焼き卵			X					卵 豆腐	砂糖 油	玉ねぎ 人参 グリンピース	しょうゆ 塩 酒	20.9 g
		塩昆布和え								塩昆布	ごま油	キャベツ	塩	3.5 g
		さつま芋の味噌汁								味噌	さつま芋	大根 人参 しめじ	だし	
26木		牛乳				X				牛乳				747 Kcal
		しらすのカレーピラフ				X				じゃこ	米 バター 油	玉ねぎ グリンピース	しょうゆ 酒 みりん	30.2 g
		パリパリ海藻サラダ	X							ツナ (まぐろ)	春巻きの皮 (小麦粉)	きゅうり キャベツ コーン	酢 しょうゆ 塩	27.2 g
		大豆の粒粒スープ								海藻ミックス	油 砂糖		からし	3.7 g
		グレープフルーツ								大豆 ベーコン	じゃが芋	玉ねぎ 人参 セロリー	パイオン 塩 しょうゆ	
27金		牛乳				X				牛乳				751 Kcal
		きなこ揚げパン	X			X				ロールパン (小麦粉	ショートニング 砂糖	脱脂粉乳)	塩	31.0 g
		茎わかめとコーンのサラダ								きな粉	油 きび砂糖			40.3 g
		白菜と肉団子のスープ			X					ツナ (まぐろ) 茎わかめ	油 砂糖	きゅうり キャベツ コーン	酢 しょうゆ 塩	3.1 g
		ネーブルオレンジ								うずら卵 鶏肉 卵	でん粉	白菜 葉ねぎ しいたけ	チンタン 塩 こしょう	

○材料の都合等により献立が変更になることがあります。
 ○アレルギー物質の主要8品目について、使用されている献立名の横に×の表示をしています。
 ○「そば」は給食では使用しませんが、めん工場では製造しています。
 ○だしは、かつお・いわし・さばの混合だしを使っています。
 ○加工食品については、料理名の後ろに◎をつけ、主な材料のみ()で表示してあります。
 ○詳細は給食センターまでお問い合わせください。(☎52-6910)

※献立表は、伊東市学校給食センターHP (<https://minami-jh.edumap.jp/center/>) にも掲載していますので
 ご覧ください。(小学校の献立表も載っています。) また、トップページに今月のおすすめメニューとして、
 給食のレシピが載っていますので参考にしてください(月末に更新)。その他、アレルギー除去食のレシピ
 など様々な情報を掲載しておりますのでご覧ください。



給食センターホームページ