

2月よていこんだてひょう(小学校)

令和8年

東庄町教育委員会教育課給食係(学校給食センター)



日	曜日	献立名		おもなざいりょうとはたらき						えいようか			
				からだをつくるものになる		からだのちようしゃととのえる		ねつやちからのものになる		エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	えんぶん (g)	
				主食	牛乳	おかず	にく さかな たまご まめ たいずせいひん	にゅう にゅうせいひん かいそう こさかな	りよくおうしよく やさい				そのほかのやさい くだもの きのこ
2	月	ごはん	■ ジョア	はるまき ぶたキムチ レモンカスタードタルト はるさめいりにくだんごスープ	ぶたにく とりにく なると	ジョア	にら にんじん チンゲンサイ	はくさい たまねぎ もやし にんにく ながねぎ	こめ はるさめ こむぎこ さとう タルト	ごま ごまあぶら	755	24.2	3.1
3	火	ごはん	○	さけのしおやき にくじゃが かきたまじる ふくまめ	さけ とうふ ぶたにく たいず たまご とりにく	ぎゅうにゅう	にんじん ほうれんそう にんじん	たまねぎ しいたけ ながねぎ	こめ さとう じゃがいも しらたき		705	36.3	2.7
4	水	ごまごまごはん 〈自分で作るキンパ〉 中学生の献立です	○	東の匠SPFぶたにくのブルコギふうやき ナムル かんこくふうあじつけのり わかめスープ クリームもち	ぶたにく とうふ	ぎゅうにゅう わかめ のり	ほうれんそう にんじん	にんにく たまねぎ もやし ながねぎ	こめ さとう もち	ごま ごまあぶら	769	35.8	2.5
5	木	ごはん	○	とりにくのチーズやき だいこんとぶたにくのあまからいため さわにわん	とりにく ぶたにく	ぎゅうにゅう チーズ	にんじん	だいこん えのきたけ たまねぎ ごぼう ながねぎ	こめ さとう	ごまあぶら	678	34.4	2.3
6	金	メロンパン	○	東の匠SPFぶたのヒレカツ(ソース) マカロニサラダ しおこうじのスープ	ぶたにく ベーコン	ぎゅうにゅう	にんじん	きゅうり たまねぎ キャベツ コーン	パン マカロニ こむぎこ パンこ	あぶら マヨネーズ	674	30.8	2.5
9	月	ごはん	○	さばのみそに ぶたにくいりきりほしだいこんのにも しらたき ひとくちぎゅうにゅうプリン	さば あぶらあげ みそ なると ぶたにく	ぎゅうにゅう ぎゅうにゅうプリン	にんじん ほうれんそう	しょうが きりほしだいこん しいたけ	こめ もち さとう		835	27.6	3.1
10	火	わかめごはん 中学生の献立です	○	東の匠SPFぶたにくときこのあまからにこみ カラフルゆでやさい(たまねぎドレッシング) かぶのみそしる	とうふ ぶたにく みそ	ぎゅうにゅう わかめ	ブロッコリー にんじん かぶのは	しめじ かぶ ながねぎ キャベツ コーン	こめ さとう	ごまあぶら ドレッシング	641	27.3	2.8
12	木	ごはん	○	プレーンオムレツ ポークカレー ヨーグルトあえ	たまご ぶたにく	ぎゅうにゅう ヨーグルト	にんじん	たまねぎ にんにく しょうが りんご パイン もも みかん	こめ じゃがいも	カレーウ あぶら	773	25.6	2.5
13	金	まるパン	○	えびカツ(タルタルソース) はなやさいサラダ(あおじそドレッシング) コーンポタージュ チョコプリン	えび	ぎゅうにゅう	にんじん	ブロッコリー カリフラワー たまねぎ コーン	パン こむぎこ チョコプリン	あぶら タルタルソース	716	24.6	2.9
16	月	ごはん	○	いりたまご やさしいりぶたそぼろ なめこじる やきプリンタルト	ぶたにく たまご あぶらあげ とうふ みそ	ぎゅうにゅう	にんじん ほうれんそう	なめこ ながねぎ	こめ さとう タルト		752	30.5	2.1
17	火	ごはん	○	あじフライ(ソース) あつあげのそぼろあんかけ けんちんじる	あじ とうふ あつあげ ぶたにく とりにく	ぎゅうにゅう	こまつな にんじん	だいこん ながねぎ ごぼう	こめ さとう こんにやく さといも	あぶら ごまあぶら	710	28.8	2.0
18	水	ごはん	○	ぎょうざ(2こ) ちゅうかどんのぐ れんこんとツナのサラダ	ぶたにく うずらたまご ツナ	ぎゅうにゅう	にんじん チンゲンサイ あかパプリカ	しょうが れんこん キャベツ きゅうり もやし たけのこ	こめ こむぎこ かたくりこ	あぶら ごまあぶら ドレッシング	712	28.0	2.6
19	木	ラーメン	○	とりにくからあげ(2こ) フルーツいりあんにんどうふ みそラーメンスープ	とりにく みそ	ぎゅうにゅう あんにんどうふ	にんじん	しょうが もやし もも にんにく みかん パイン たまねぎ ながねぎ	ちゅうかめん かたくりこ	あぶら	745	30.7	3.3
20	金	きなこあげパン	○	ウインナーたまごまき カレーポタージュ 東庄のフルティカトマト	きなこ とりにく ウインナー たまご	ぎゅうにゅう	にんじん トマト	たまねぎ パン さとう マカロニ	あぶら		799	30.7	3.1
24	火	ごはん	○	ほうれんそうグラタン ハヤシライス デコボン	ぶたにく	ぎゅうにゅう チーズ	ほうれんそう にんじん	たまねぎ デコボン マッシュルーム りんご にんにく	こめ マカロニ	バター ハヤシルウ	745	28.2	2.4
25	水	ごはん	○	えびしゅうまい(2こ) 東の匠SPFぶたのマーボーどうふ はるさめサラダ	えび ぶたにく とうふ	ぎゅうにゅう	にんじん にら	たけのこ キャベツ ながねぎ きゅうり にんにく しょうが	こめ はるさめ こむぎこ かたくりこ さとう	あぶら ドレッシング ごまあぶら	741	28.8	2.9
26	木	ごはん 中学生の献立です	○	東の匠SPFぶたのトンテキ ゆでやさい(シーザーサラダドレッシング) みそしる ヨーグルト	ぶたにく えだめめ とうふ みそ	ぎゅうにゅう わかめ ヨーグルト	にんじん	だいこん にんにく キャベツ ながねぎ きゅうり	こめ じゃがいも こむぎこ さとう	あぶら ドレッシング	765	28.1	2.5
27	金	ピザトースト	○	ベーコンたまごまき やさいスープ フルーツソーダゼリー	ベーコン たまご	ぎゅうにゅう チーズ	ピーマン にんじん ほうれんそう	たまねぎ コーン マッシュルーム ミカン パイン キャベツ もやし	パン ゼリー	あぶら	697	25.7	3.1

※材料その他の都合により、献立が変更になる場合があります。ご了承ください。
※この献立表は主な使用材料を示したもので、食物アレルギー資料ではありません。

今月の平均値	734	29.2	2.6
基準値	650	27.6	2.0

東庄中学校1年生が家庭科の授業で

給食の献立を考えました!

授業で学習したことを活かして、給食の献立を個人で考えました。しっかりと考えてくれたので、良い献立がたくさんできました。調理作業のことやお金のことを考えて少し内容を変更し、3つの献立を採用しました。

2/4(水)2組 2/10(火)1組 2/26(木)3組

今月も千葉県養豚推進協議会様より

「東の匠SPF豚」をいただきました。

東庄町にある12の農場で育てられた「東の匠SPF豚」です。飼育環境、母豚、えさを厳しく管理して、特定の悪い病原体を持っていない安心安全で質の良い豚肉です。こうした取り組みが評価され、農林水産大臣賞を受賞しています。感謝の気持ちをこめて食べましょう。