

令和8年

2月 の予定献立表

※食物アレルギーのある児童・生徒は、給食を食べる前に
裏面の「詳細献立表」で内容を必ず確認しましょう。
家庭・学級においても毎日確認してください。
天候等によって献立等に変更することがあります。

給食指導目標

正しい食事のマナーを身につけよう



天久学校給食センター

TEL : 917-3464
FAX : 867-9012

学校給食の 栄養基準量		E=エネルギー	P=タンパク質	F=脂質
		小学校 650	21.2~32.5g	14.4~21.7g
		中学校 830	27~41.5g	18.4~27.7g

こ ん だ て	節分と行事 イワシ イワシを焼くにおいで鬼を追い払います。イワシの頭はヒヤギの枝に差して玄関に飾り、厄除けに使います。 大豆 いった豆をまいて鬼を追い払い、年齢の数だけ豆を食べて1年の幸福を願います。 恵方巻き 太巻きずしを切らずに、その年の縁起の良い方角(恵方=今年は東北東)を向いて食べるというもので、関西地方の一部地域の風習が全国に広まりました。		~6年生家庭科授業で考えた献立が登場~ 献立を立てるポイントを学習し、献立作成に挑みました 献立作成のポイント ・和洋中を決める ・主食を決める ・主菜・副菜を決める ・色どりを確認する 6年生の家庭科で、栄養素・食材の良さ・給食1食当たりの値段等を学び、献立を考えました。みんなが喜んで食べてくれる栄養のバランスを考えた献立です。 ◎6-3 2/2 に登場 ◎6-4 2/27 に登場 6-1・6-2の献立も3月に登場します、楽しみにしてください♪	
	2(月) 天久6-3 献立 りんご しらすとキャベツのサラダ おぎごはん マーボー豆腐		3(火) 節分 せつぶんめ ツナマヨ ネーズあえ たまきのり しぐれに すめし はんぺんのすましじる	
こ ん だ て	4(水) タナーチャンプルー てづくりふりかけ おぎごはん とりにくのだいこんのしるもの		5(木) どうにゅうといちごのバナナコッタ キャベツのメンチカツ スパゲティアーモンドサラダ ナポリタン	
	6(金) ひじきいため レバーいりしろごまつね おぎごはん さけのぐだくさんじる		一口メモ 6-3 献立ポイントのコメント ・栄養バランスの重視 ・冬の寒さに負けないよう、ビタミン類もしっかりと入れた献立 小学校 E 607 P 25.6 F 18.9 中学校 E 728 P 30.0 F 21.3	
こ ん だ て	9(月) レバニラいため さばのピリからやき ごはん はるさめスープ		10(火) ミニフィッシュ やさいかきあげ ごもく いとかまぼこのたきこみごはん あえもの	
	11(水) 2月11日 建国記念日		12(木) マカロニのカントリイいため ココアあげぱん(中学)にくだんごべにいもパン(小学)のスープ 13(金) クレープイリチー まぐろのしょうがやき くろまいごはん なかみじる	
こ ん だ て	16(月) チョコスコーン ドライカレー(おぎごはん) やさいスープ		17(火) 旧正月 からしなのツナあえ さばのシークワサーやき きびごはん イナムドウチ	
	18(水) バナナ(中のみ) まめサラダ べにいもパン(中学)ふゆやさいのココアあげぱん(小学)クリームに		19(木) れんこんのあえもの カエリとアーモンドのこくとうがらめ ごはん にくじゃが	
こ ん だ て	20(金) デコボン ぶたキムチどん じゃがいもの(おぎごはん) サラダ		一口メモ カレーの香辛料で、食欲もアップ◎元氣良く一週間をスタートしましょう！ 小学校 E 673 P 20.7 F 19.7 中学校 E 806 P 24.3 F 22.0	
	23(月) 天皇誕生日振替休 めん はるまき みそラーメン(しる) ちゅうかサラダ		24(火) アーモンド アササイアつやきたまご うっちゃんごはん あつあげのすみそあえ	
こ ん だ て	25(水) シークワサーソルベ(小6・中3のみ) アーモンド(小6・中3以外) うっちゃんごはん あつあげのすみそあえ		26(木) ささみとれんこんのあえもの さばのたつたあげ きびごはん じゃがいものみそしる	
	27(金) 天久6-4 献立 ほうれんそうとベーコンのソテー まぐろのマスタードやき コッペパン クリーム ユースープ		一口メモ 今日旧正月です。漁業のさかんな地域では、旧正月を大切に、旧正月をお祝いします。 小学校 E 597 P 27.6 F 14.7 中学校 E 722 P 36.2 F 21.5	
こ ん だ て	28(水) シークワサーソルベ(小6・中3のみ) アーモンド(小6・中3以外) うっちゃんごはん あつあげのすみそあえ		29(木) ささみとれんこんのあえもの さばのたつたあげ きびごはん じゃがいものみそしる	
	30(金) ほうれんそうとベーコンのソテー まぐろのマスタードやき コッペパン クリーム ユースープ		一口メモ 天久小6年生リクエストの『ラーメン』です。ラーメンのだしは、かつおぶしと豚骨で、じっくりいねいにとっています。 小学校 E 668 P 25.6 F 26.2 中学校 E 716 P 28.4 F 27.4	
こ ん だ て	31(水) シークワサーソルベ(小6・中3のみ) アーモンド(小6・中3以外) うっちゃんごはん あつあげのすみそあえ		32(木) ささみとれんこんのあえもの さばのたつたあげ きびごはん じゃがいものみそしる	
	33(金) ほうれんそうとベーコンのソテー まぐろのマスタードやき コッペパン クリーム ユースープ		一口メモ 沖縄県の小学6年・中学3年へ、卒業をお祝いする気持ちをこめてブルーシールより「アイス」の無償提供があります。 小学校 E 574 P 23.1 F 20.9 中学校 E 668 P 27.5 F 23.7	
こ ん だ て	34(水) ささみとれんこんのあえもの さばのたつたあげ きびごはん じゃがいものみそしる		35(木) ささみとれんこんのあえもの さばのたつたあげ きびごはん じゃがいものみそしる	
	36(金) ほうれんそうとベーコンのソテー まぐろのマスタードやき コッペパン クリーム ユースープ		一口メモ シャキッとした食感おいしい『れんこん』。あながあいている理由は…給食の放送で続きをお話しします。 小学校 E 655 P 25.4 F 26.1 中学校 E 747 P 27.5 F 27.6	
こ ん だ て	37(水) ささみとれんこんのあえもの さばのたつたあげ きびごはん じゃがいものみそしる		38(木) ささみとれんこんのあえもの さばのたつたあげ きびごはん じゃがいものみそしる	
	39(金) ほうれんそうとベーコンのソテー まぐろのマスタードやき コッペパン クリーム ユースープ		一口メモ 6-4 献立ポイントのコメント ・栄養バランスの整った、みんなが喜ぶ献立・旬のほうれん草を使い、いろいろ考えた献立 小学校 E 587 P 29.9 F 21.0 中学校 E 692 P 32.9 F 26.6	