

令和8年2月分学校給食基準献立予定表



Eブロック

日/曜	こ ん だ て 名	体内での働きと材料の種類			調味料など	平均栄養価	
		(黄) おもに働く 力になる	(赤) おもに体を つくる	(緑) おもに体の 調子をとのえる		エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)
2 (月)	チーズパン 牛乳 揚げじゃがいものそぼろ煮 塩ナムル	パン じゃがいも 油 さとう かたくり粉 ごま油 ごま	牛乳 ぶたひき肉	もやし にんじん ほうれん草	しょうゆ 酒 酢 塩	586	23.8
3 (火)	☆マーボー豆腐丼 牛乳 たまごスープ 福豆	米 油 さとう かたくり粉 ごま油	とうふ みそ ぶたひき肉 牛乳 とり肉 たまご 福豆	しょうが 長ねぎ にんじん もやし たまねぎ はくさい ほうれん草	しょうゆ 豆板醤 濃縮スープ 塩 こしょう	635	28.8
4 (水)	こぎつねごはん 牛乳 いわしのこはく揚げ おひたし	米 麦 さとう ごま かたくり粉 油	とり肉 油揚げ 牛乳 いわし みそ	にんじん しょうが はくさい もやし ほうれん草	酒 しょうゆ 塩	606	23.4
5 (木)	ぶどうパン 発酵乳 マカロニグラタン ひじきのサラダ	パン マカロニ 油 バター 小麦粉 パン粉 さとう ごま サラダ油 ごま油	ブルーン発酵乳 とり肉 脱脂粉乳 調理用牛乳 チーズ ひじき	にんじん たまねぎ マッシュルーム キャベツ きゅうり コーン	塩 乾燥パセリ 濃縮スープ こしょう しょうゆ 酢 からし粉	706	27.6
6 (金)	麦ごはん 牛乳 とり肉の塩こうじ焼き どさんこ汁 味つけおかか	米 麦 油 じゃがいも バター	牛乳 とり肉 ぶた肉 とうふ わかめ みそ 味付けおかか	にんじん にんにく もやし コーン 長ねぎ 小松菜	酒 塩こうじ かつお節	648	30.6
9 (月)	ビーフストロガノフ 牛乳 ほうれん草のサラダ	米 麦 油 ごま 小麦粉 さとう ごま油	牛肉 生クリーム 牛乳	たまねぎ にんじん にんにく マッシュルーム 炒めたたまねぎ ほうれん草 コーン	酒 濃縮スープ 塩 トマトピューレ ソース こしょう ナツメグ 酢 ワイン しょうゆ ローリエ	664	20.9
10 (火)	☆もずくと豚肉のジューシー 牛乳 ししゃものから揚げ 塩だれキャベツ	米 麦 油 さとう かたくり粉 ごま油 ごま	ぶた肉 こんぶ もずく 牛乳 ししゃも	にんじん グリーンピース キャベツ 小松菜 にんにく	酒 みりん しょうゆ 塩 濃縮スープ こしょう	598	19.6
12 (木)	サンマーメン 牛乳 とり肉とじゃがいものから揚げ タルト	中華めん 油 かたくり粉 ごま油 じゃがいも りんごのタルト	ぶた肉 牛乳 とり肉	にんじん たまねぎ もやし しょうが にんにく 小松菜	かつお節 濃縮スープ しょうゆ 塩 こしょう オイスターソース ワイン	608	24.9
13 (金)	赤飯 牛乳 さわらのつけ焼き いそあえ ゼリー	米 もち米 油 ごま ぶどうゼリー	あずき 牛乳 さわら みそ のり	しょうが キャベツ にんじん 小松菜	塩 酒 しょうゆ	576	23.8
16 (月)	麦ごはん 牛乳 肉じゃが ごま酢あえ 味のり	米 麦 油 じゃがいも さとう ごま	牛乳 ぶた肉 のり	にんじん たまねぎ グリーンピース キャベツ 小松菜	酒 しょうゆ みりん 酢	623	21.6
17 (火)	コッペパン 牛乳 ホキのフライ ポイルキャベツ ☆スコッチブロス	パン 小麦粉 パン粉 油 もち麦	牛乳 ホキ ベーコン ひよこ豆	キャベツ たまねぎ にんじん 長ねぎ	塩 こしょう ワイン ソース 濃縮スープ 乾燥パセリ	607	26.4
18 (水)	ごはん 牛乳 てり焼きハンバーグ みそ汁 ひじきのつくだ煮	米 パン粉 さとう かたくり粉	牛乳 たまご 合いびき肉 油揚げ 調理用牛乳 みそ ひじきつくだ煮	たまねぎ にんじん だいこん 小松菜	塩 こしょう ナツメグ しょうゆ みりん かつお節	620	27.0
19 (木)	黒パン 牛乳 とり肉のクリーム煮 フレンチサラダ くだもの	パン 油 バター 小麦粉 さとう サラダ油	牛乳 とり肉 調理用牛乳 脱脂粉乳	たまねぎ にんじん しめじ ほうれん草 マッシュルーム いよかん キャベツ きゅうり	ワイン 濃縮スープ 塩 こしょう ローリエ 酢 からし粉	629	29.5
20 (金)	☆あんかけスパゲッティ 牛乳 大豆のスパイシー揚げ	スパゲッティ サラダ油 油 さとう かたくり粉	ウインナーソーセージ ベーコン 牛乳 大豆	たまねぎ にんじん ピーマン にんにく マッシュルーム コーン	塩 トマトケチャップ ソース トマトピューレ チリパウ ダー 濃縮スープ こしょう パプリカ カレー粉	631	24.9

☆印は新献立

○給食費口座引落日:2月分は3月2日(月)です。残高不足にご注意ください。



日/曜	こ ん だ て 名	体内での働きと材料の種類			調味料など	平均栄養価	
		④ おもに働く 力になる	⑤ おもに体を つくる	⑥ おもに体の 調子をとのえる		エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)
24 (火)	ソフトフランス 牛乳 キーマカレー 大根サラダ	パン じゃがいも 油 小麦粉 さとう サラダ油 ごま	牛乳 ぶたひき肉	にんじん たまねぎ にんにく キャベツ ダイストマト しょうが きゅうり コーン グリーンピース だいこん	カレー粉 濃縮スープ ワイン トマトケチャップ ソース ナツメグ 塩 酢 しょうゆ	566	24.7
25 (水)	ごはん 牛乳 さばの南部焼き おひたし だんご汁	米 ごま 油 白玉もち	牛乳 さば ぶた肉 油揚げ	長ねぎ はくさい にんじん 干しいたけ 小松菜	しょうゆ 一味とうがらし 酒 かつお節 塩	678	28.8
26 (木)	牛丼 牛乳 しょうがあえ ヨーグルト	米 麦 油 しらたき さとう	牛肉 牛乳 ヨーグルト	たまねぎ キャベツ にんじん しょうが ほうれん草	酒 しょうゆ	631	23.7
27 (金)	キムチチャーハン 牛乳 揚げシュウマイ 中華あえ	米 麦 ごま油 油 さとう	ぶた肉 牛乳 シュウマイ	にんじん 長ねぎ しょうが にんにく はくさいキムチ キャベツ コーン	酒 濃縮スープ 塩 こしょう しょうゆ みりん 酢	577	18.9

○ 学校行事等により献立を変更したり、お休みしたりすることがあります。

◎ 地場産物の使用予定

13日(金) いそあえ : のり 市内走水産
16日(月) 肉じゃが : 豚肉 神奈川産
今月のキャベツは市内須軽谷・津久井・長井産です。



なぜ、節分に豆をまくの？

季節の変わり目は体調を崩しやすくなる人も多いと思いますが、昔の人は、これを「鬼（邪気）」の仕業と考えていました。災いや疫病をもたらす鬼を追い払い、幸福を招くための風習が「鬼は外、福は内」の掛け声で行われる豆まきです。豆が使われるのは、「魔滅（鬼をほろぼす）」につながるという説や、いった大豆が「豆をいる＝魔目（鬼の目）を射る」につながるなどの説があります。豆まきの後には、自分の年齢の数、または年齢＋1個の豆を食べて健康を願う風習もあります。豆まきには大豆のほか、落花生を使う地域もあります。



◎ 加工食品の食物アレルギー原因食物について

献立名	食材名	特定原材料								特定原材料に準ずるもの
		卵	乳	小麦	そば	落花生	えび	かに	くるみ	
チーズパン	パン		○	○						大豆
ぶどうパン	パン		○	○						大豆
黒パン	パン		○	○						大豆
コッペパン	パン		○	○						大豆
ソフトフランス	パン		○	○						大豆
発酵乳	ブルーネ発酵乳		○							大豆
味つけおかか	味つけおかか			○						大豆
タルト	りんごのタルト									りんご・大豆
ゼリー	ぶどうゼリー									
あんかけスパゲッティ	ウインナーソーセージ									豚肉
	ベーコン									豚肉
味のり	のり									ごま
スコッチブロス	ベーコン									豚肉
ひじきのつくだ煮	ひじきつくだ煮			○						大豆・ごま
キムチチャーハン	はくさいキムチ			○						さば・大豆・りんご
揚げシュウマイ	シュウマイ			○						大豆・鶏肉・豚肉
ヨーグルト	ヨーグルト		○							

※食品表示法に基づく特定原材料8品目と、特定原材料に準ずる20品目のみ記載しています。

横須賀市教育委員会学校食育課

〒238-0032 横須賀市平作5-28-10

電話 046-850-1274（給食運営担当） 046-850-1272（給食費管理担当）

