

令和8年2月分 予定献立表



刈谷市学校給食センター

特別支援学校

日 曜	献立名 主 食 牛 乳 主 菜 副 菜 その他 の 順	赤 主に体の組織をつくる食品		緑 主に体の調子を整える食品		黄 主にエネルギーになる食品		エネルギー (kcal)	
		たんぱく質	無 機 質	ビ タ ミ ン		炭 水 化 物	脂 質	たんぱく質 (g)	
		魚・肉・卵 豆・豆製品	牛乳・乳製品 小魚・海そう	緑 黄 色 野菜	その他の野菜 果物・きのこ	米・パン・めん 芋・砂糖	油脂・種実類		
2月	ごはん 牛乳		飲用牛乳			こめ		小	中高
	ショーロンポー	ぶたにく			たまねぎ キャベツ しょうが	はるさめ ショーロンポーのかわ	とんし	599	659
	白菜とはるさめのマーボー	ぶたにく なまあげ まめみそ		チンゲンサイ ねぎ	はくさい しょうが にんにく	はるさめ さとう でんぶん		24.6	27.1
	中華あえ	ハム			もやし きゅうり	さとう	ごま ごまあぶら		
3火	ごはん 牛乳		飲用牛乳			こめ			
	白身魚フライの甘辛だれ	かれい				パンこ こむぎこ さとう	こめあぶら	558	613
	すまし汁	かまぼこ とうふ		にんじん こまつな	だいこん えのきたけ			21.8	23.9
	キャベツの赤じそあえ			赤じそ	キャベツ				
4水	五目ラーメン (ラーメン・スープ)	ぶたにく	飲用牛乳	にんじん ねぎ	キャベツ もやし ほししいたけ しょうが	ラーメン		606	667
	かつおカツ	かつお			たまねぎ しょうが	パンこ こむぎこ	こめあぶら	27.0	29.7
	切り干し大根と小松菜のナムル			こまつな	きりしまだいこん		ごま ごまあぶら		
	ごはん 牛乳		飲用牛乳			こめ			
5木	けんちんしのだ	とうふ あぶらあげ たら	ひじき	にんじん				610	671
	[甘みそ]	あまみそ						21.8	24.0
	大根のそぼろ煮	ぶたにく		にんじん さやいんげん	こんにゃく だいこん たまねぎ	さとう			
	チンゲンサイとキャベツの昆布あえ		こんぶ	チンゲンサイ	キャベツ				
6金	雁が音中学校リクエスト献立								
	ごはん 牛乳		飲用牛乳			こめ			
	カレーシチュー	ぶたにく		トマト にんじん	たまねぎ えだまめ エリンギ しょうが にんにく		カレールー	684	752
	いかフライのレモン煮	いか			レモンかじゅう	パンこ こむぎこ さとう	こめあぶら	25.2	27.7
9月	ポテトサラダ			にんじん	きゅうり	じゃがいも	ドレッシング		
	ごはん 牛乳		飲用牛乳			こめ			
	肉団子の甘辛煮(2個)	とりにく			たまねぎ			622	684
	八宝菜	ぶたにく かまぼこ		チンゲンサイ にんじん	しめじ たまねぎ はくさい	でんぶん		26.3	28.9
10火	ひよこ豆とキャベツの中華サラダ				キャベツ えだまめ	ひよこまめ	ドレッシング		
	ごはん 牛乳		飲用牛乳			こめ			
	鶏肉とレバーのねぎソース	とりにく とりレバー		ねぎ	しょうが	でんぶん さとう	こめあぶら	696	765
	じゃが芋と生揚げの煮物	ぶたにく なまあげ		にんじん ねぎ	こんにゃく たまねぎ ほししいたけ	じゃがいも さとう		26.9	29.5
12木	野菜と果物のゼリー					ゼリー			
	ごはん 牛乳		飲用牛乳			こめ			
	ビビンバの具	ぶたにく		チンゲンサイ	もやし にんにく ほししいたけ	さとう		587	646
	野菜しゅうまい(2個)	たら		にんじん	たまねぎ とうもろこし エリンギ しめじ ひらたけ しょうが	しゅうまいのかわ		25.0	27.5
13金	わかめスープ	とうふ	わかめ	にんじん ねぎ	キャベツ たまねぎ とうもろこし				
	◆おかわりがとまらない?シーチキンごはん(麦ごはん・具)	まぐろあぶらづけ あぶらあげ	飲用牛乳	にんじん ねぎ	まいたけ	こめ おおむぎ		617	679
	愛知のれんこん入りつくね(2個)	とりにく			れんこん たまねぎ しょうが			23.6	26.0
	冬野菜たっぷりみそ汁	なまあげ こめみそ まめみそ		こまつな にんじん	はくさい だいこん	さといも			
13金	ココア牛乳の素					ココアぎゅうにゅうのもと			
	献立表の見方	[] 卓上物 【 】 業者配送 太字 新献立 ◆我が家のじまん料理 ㊦ 旬の料理					エネルギー基準値 650キロカロリー 715キロカロリー	たんぱく質基準値 26.8グラム 28.3グラム	

材料は、すべてを記載しているものではありません。アレルギー物質については、アレルギー関連書類で確認してください。

食材については細心の注意を払って、安全確保に努めています。材料などの入荷状況により献立を変更することがあります。

献立表および食材の産地は、刈谷市のホームページに掲載しています。

《給食で使用する魚は、できるかぎり骨が気にならないものを使用していますが骨が残っていることがあります》



特別支援学校

16 月	五穀ご飯	牛乳	飲用牛乳			こめ おおむぎ げんまい きび		595	655
	ほうれん草入りオムレツ	たまご		ほうれんそう				25.0	27.5
	きのこストロガノフ	ぶたにく	脱脂粉乳	あかパプリカ きパプリカ	たまねぎ にんにく しめじ エリンギ		デミグラスソース ハヤシルー		
17 火	キャロットラペ			にんじん パセリ	レモンのかわ レモンかじゅう	さとう	オリーブオイル		
	ご飯	牛乳	飲用牛乳			こめ			
	ちくわのカレー揚げ	ちくわ				こむぎこ	こめあぶら	571	628
	有機豆乳みそ汁	とうふ ゆうきとうにゅう あわせみそ		こまつな	キャベツ たまねぎ だいこん			22.1	24.3
18 水	じゃが芋きんぴら	ぶたにく		にんじん さやいんげん	しらたき	じゃがいも さとう			
	りんごパン	牛乳	飲用牛乳			りんごパン			
	ハンバーグのオニオンソースかけ	ぶたにく とりにく			たまねぎ しょうが にんにく	さとう でんぶん		639	703
	ウインナーとじゃが芋のスープ煮	ポークウインナー		にんじん	えだまめ だいこん しめじ	じゃがいも		26.1	28.7
19 木	ブロッコリーのサラダ			ブロッコリー	キャベツ		ドレッシング		
	ご飯	牛乳	飲用牛乳			こめ			
	あじフリッター(2個)	あじ	おきあみ あおさ			こむぎこ	だいたいずあぶら こめあぶら	630	693
20 金	煮みそ	ぶたにく はつちようみそ		にんじん	こんにやく だいこん たまねぎ しろねぎ	さといも さとう		23.3	25.6
	愛知県産ほうれん草の和風サラダ			愛知県産ほうれんそう	もやし		ドレッシング		
	鶏肉とじゃが芋のうま煮	とりにく なまあげ		にんじん ねぎ	たまねぎ	じゃがいも さとう		610	671
21 土	刈谷市産大豆の納豆	なっとう	刈谷市産大豆使用					24.0	26.4
	ひじきサラダ	ひじき			キャベツ とうもろこし	さとう	ドレッシング		
	ご飯	牛乳	飲用牛乳			こめ			
22 日	厚焼き卵	たまご						600	660
	豚肉と野菜のしょうが煮	ぶたにく だいず		にんじん こまつな	こんにやく たまねぎ しょうが	じゃがいも さとう		24.2	26.6
	いよかん				いよかん				
23 月	カレーうどん (白玉うどん・汁)	とりにく かまぼこ あぶらあげ	飲用牛乳	にんじん ねぎ	たまねぎ はくさい	しらたまうどん でんぶん	カレールー	669	735
	コロッケ	ぶたにく ぎゅうにく		にんじん パセリ	たまねぎ	じゃがいも マッシュポテト パンこ こむぎこ	こめあぶら	22.2	24.4
	キャベツの青菜あえ	かつおぶし		ひろしまな きょうな だいこんば	キャベツ	さとう			
	プチりんごゼリー					ゼリー			
24 火	ご飯	牛乳	飲用牛乳			こめ			
	ホイコーロー	ぶたにく まめみそ		ピーマン にんじん	キャベツ たまねぎ えだまめ しめじ にんにく しょうが	さとう でんぶん	こめあぶら	619	681
	春巻き	ぶたにく		にんじん にら	キャベツ もやし エリンギ	はるまきのかわ	こめあぶら	22.1	24.3
	きゅうりとわかめのサラダ		わかめ		きゅうり もやし		ドレッシング		
25 水	ご飯	牛乳	飲用牛乳			こめ			
	たらのみそマヨ銀紙焼き	たら みそ				さとう	ドレッシング	690	759
	ちゃんこ煮	ぶたにく とうふ		こまつな ねぎ	キャベツ えのきたけ にんにく	はるさめ		31.3	34.4
	じゃが芋のごまサラダ				えだまめ とうもろこし	じゃがいも	ごま ドレッシング		
26 木	【いちごヨーグルト】		ヨーグルト		いちご				

愛知県産の食材
(今月の予定)

主食(こめ(刈谷市産) こむぎ) 飲用牛乳 こまつな チンゲンサイ にんじん ねぎ ブロッコリー ほうれんそう
キャベツ きゅうり だいこん たまねぎ はくさい ぶたにく だいず まめみそ きりぼしだいこん ほししいたけ

じもと しゅん あじ ひ
地元の旬を味わう日

こんげつ しゅん そう
今月の旬は「ほうれん草」です。



ほうれん草 主な産地:尾張西部(一宮市、稲沢市、愛西市) 旬の時期:10月~4月

ほうれん草は、一年中出荷されていますが、愛知県のほうれん草は主に秋から冬に出荷されます。寒さが増すと、ほうれん草は、繊維が柔らかく甘みも増します。選ぶ時のポイントは、根に近い部分から葉が密生していて、葉の色が鮮やかな緑色で、根元の赤みが鮮やかなものほど甘みがあり香りも豊かです。保存する時は、ポリ袋に入れ、冷蔵庫の野菜室へ畑で育っていた時のように立てておきます。葉が重なり合わないので鮮度が保てます。