

令和8年2月分 予定献立表



川谷市学校給食センター

形態食

日 ／ 曜	献立名 ごはん だて めい 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 たんぱく質 無機質		緑 主に体の調子を整える食品 ビタミン		黄 主にエネルギーになる食品 炭水化物 脂質
		たんぱく質 魚・肉・卵 豆・豆製品	無機質 牛乳・乳製品 小魚・海そう	ビタミン 緑 黄色 野菜 その他の野菜 果物・きのこ	炭水化物 米・パン・めん 芋・砂糖	脂質 油脂・種実類
2月	ごはん 牛乳		飲用牛乳		こめ	
	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
	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	
	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	かおい			パンこ こむぎこ さとう	こめあぶら
	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		
	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) 牛乳	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
	かつおカツ	かつお			たまねぎ しょうが	パンこ こむぎこ
	切り干し大根と小松菜のナムル			こまつな	きりましたいこん	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		
	[甘みそ]	あまみそ				
	大根のそぼろ煮	ぶたにく		にんじん さやいんげん	こんにやく 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	雁が昔中學校リクエスト献立 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
	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
	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
9月	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	
	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
	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
10火	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
	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	こんにやく たまねぎ ほししいたけ	じゃがいも さとう
	野菜と果物のゼリー					ゼリー
12木	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
	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
	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	
13金	◆おかわりがとまらない?シーチキンごはん 牛乳 (ごはん・具)	まぐるあぶらづけ	飲用牛乳	にんじん ねぎ	まいたけ	こめ
	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	
	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
	ココア牛乳の素					ココアきゅうりゆうのもと

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、川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》



形態食

	ごはん	牛乳		飲用牛乳			こめ	
16月	ほうれん草入りオムレツ	たまご		ほうれんそう				
	きのこストロガノフ	ぶたにく	脱脂粉乳	あかバプリカ きバプリカ	たまねぎ にんにく しめじ エリンギ		デミグラスソース ハヤシルウ	
	キャロットラペ			にんじん パセリ	レモンかじゅう	さとう	オリーブオイル	
17火	ごはん	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	
	有機豆乳みそ汁	とうふ ゆうきとうにゆう あわせみそ		こまつな	キャベツ たまねぎ だいこん			
	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		
18水	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		
	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		
	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	
19木	ごはん	牛乳		飲用牛乳			こめ	
	あじフリッター(2個)	あじ		おきあみ あおき		こむぎこ	だいずあぶら こめあぶら	
	煮みそ	ぶたにく はちようみそ		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		
	⑩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	
20金	ごはん	牛乳		飲用牛乳			こめ	
	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		
	さばのみそ煮	さば みそ						
	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	
24火	ごはん	牛乳		飲用牛乳			こめ	
	厚焼き卵	たまご						
	豚肉と野菜のしょうが煮	ぶたにく たいず		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		
	バナナムース					バナナムース		
25水	カレーうどん (白玉うどん・汁)	とりにく かまぼこ	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	
	コロッケ	ぶたにく きゅうり		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	
	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		
26木	ごはん	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	
	春巻き	ぶたにく		にんじん いら	キャベツ もやし エリンギ	はるまきのかわ	こめあぶら	
	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	
27金	ごはん	牛乳		飲用牛乳			こめ	
	いわしの煮付け	いわし			しょうが			
	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		
	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	
	【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

地元の旬を味わう日

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。選ぶときのポイントは、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、冷蔵庫の野菜室へ焔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。