

2026年2月

18回

# 学校給食献立表

長久手市立長久手給食センター

日・曜	献立名	主な材料とその働き					
		主に体をつくるものとなるもの		主に体の調子を整えるものとなるもの		主にエネルギーのもととなるもの	
		1群 魚・肉・卵・だいず・だいず製品	2群 牛乳・小魚・海藻	3群 緑黄色野菜	4群 その他の野菜・果物・きのこ	5群 穀類・いも類・砂糖	6群 油脂・種実
2月 2日	ごはん 牛乳 そぼろごはん はりはりつけ いしかりじる	ぶた肉 さけ とうふ みそ	牛乳	にんじん にんじん	たまねぎ 干しこいたけ えだまめ さゆうり 千切り大根漬 大根 ねぎ たまねぎ	ごはん さとう じゃがいも	
3火	ごはん 牛乳 いわしのごまじょうゆあげ ささみとみずなのあえもの すまじる せつぶんまめ	いわしひらき(いわし) ささみ かまぼこ とうふ 油あげ 節分豆(だいす)	牛乳	ほうれん草 みずな にんじん にんじん	もやし ねぎ	ごはん さとう いわしひらき(でんぶん) さとう	米油 ごま 米油
4水	(小)ごもくごはん 牛乳 (中)ごはん 牛乳 おろしハンバーグ あわせみそしる (中)しおこんぶあえ (小)◎ヨーグルト(乳)	とり肉 かまぼこ 油あげ ハンバーグ(とり肉 ぶた肉 大豆) ぶた肉 とうふ みそ	牛乳 牛乳 わかめ 塩昆布 ヨーグルト	にんじん にんじん	ごぼう 干しこいたけ 大根 ハンバーグ(たまねぎ) ねぎ はくさい 大根 キャベツ さゆうり	アルファー化米 アルファー化もち米 さとう ごはん	米油
5木	ごはん 牛乳 そうだかつおのおかかに ひじきのごもくに けんちんじる	かつおのおかか煮(かつお) とり肉 大豆 油あげ ぶた肉 とうふ	牛乳 ひじき	にんじん にんじん	こんにゃく とうもろこし えだまめ ごぼう 大根 ねぎ	ごはん かつおのおかか煮(さとう でんぶん) さとう じゃがいも でんぶん	米油 ごま油
6金	ごはん 牛乳 ビビンバ(ほそきりにく) ビビンバ (かみかみナムル) かみまるくん トップギースープ	ぶた肉 とり肉	牛乳	にんじん ほうれん草 にんじん	にんにく たけのこ だいすもやし 切干大根 はくさい たまねぎ ねぎ	ごはん さとう さとう トップギ	ごま油 ごま油 ごま 米油 ごま油
9月 9日	ごはん 牛乳 ちゅうかはん ぎょうざ(小2こ・中3こ) パンソース	ぶた肉 えび いか ぎょうざ(ぶた肉)	牛乳	にんじん ぎょうざ(にら) にんじん	しょうが たけのこ グリンピース キャベツ たまねぎ ぎょうざ(キャベツ) キャベツ もやし	ごはん でんぶん ぎょうざ(小麦粉 でんぶん) さとう	ごま油 ぎょうざ(植物油) ごま油
10火	ぐろロールパン(乳) 牛乳 パンプキンコロッケ はなやさいのサラダ ●ごまだレッシング だいすりリミネストローネ	パンプキンコロッケ(とり肉 大豆) チキンハム	牛乳	パンプキンコロッケ(かぼちゃ) ブロッコリー	パンプキンコロッケ(たまねぎ) カリフラワー キャベツ とうもろこし	ぐろロールパン パンプキンコロッケ(パン粉 さとう 小麦粉)	米油 パンプキンコロッケ(植物油)
12木	ふくろいりちゅうかめん 牛乳 みそラーメン しゅうまい(小2こ・中3こ) だいこんとツナのわふうサラダ	ぶた肉 みそ おからと大豆のしゅうまい(ぶた肉 おから 大豆) オイルツナ	牛乳	にんじん にんじん	にんにく しょうが もやし キャベツ とうもろこし ねぎ おからと大豆のしゅうまい(たまねぎ) 大根 きゅうり	中華めん	米油 ごま油 おからと大豆のしゅうまい(小麦粉 でんぶん さとう) 米油
13金	チキンライス 牛乳 れんこんサンドフライ ABCスープ	とり肉 れんこんサンドフライ(とり肉) ベーコン	牛乳	にんじん にんじん バセリ	たまねぎ マッシュルーム グリンピース れんこんサンドフライ(れんこん たまねぎ 干しこいたけ) たまねぎ しめじ	アルファー化米 さとう れんこんサンドフライ(パン粉 でんぶん 小麦粉) マカロニ ジャガイモ	米油 米油 米油
16月	ごはん 牛乳 とうふだんご(小2こ・中3こ) いりとり しろみそしる	とうふだんご(とうふ とり肉) とり肉 はんぺん ぶた肉 とうふ みそ	牛乳 わかれ	とうふだんご(ひじき) にんじん にんじん	とうふだんご(たまねぎ ごぼう ねぎ) れんこん ごぼう こんにゃく 干しこいたけ 大根 はくさい ねぎ	ごはん とうふだんご(でんぶん パン粉 さとう) さとう	とうふだんご(植物油) 米油
17火	クロスロールパン(乳) 牛乳 にくだんごのシチュー(乳) ポテトサラダ ●たまごなしマヨネーズ ミートマト(小1こ・中2こ)	ミートボール(牛肉 ぶた肉 とり肉 大豆) チキンハム	牛乳 粉チーズ 牛乳 生クリーム	にんじん バセリ	たまねぎ マッシュルーム ミートボール(たまねぎ) キャベツ きゅうり	クロスロールパン 小麦粉 ミートボール(でんぶん) じやがいも	バター 米油 卵無しマヨネーズ
18水	(小)ごはん 牛乳 (中)ごもくごはん 牛乳 さわらのあますあんかけ (小)しおこんぶあえ とうふじる (中)◎ヨーグルト(乳)	とり肉 かまぼこ 油あげ さわら ぶた肉 とうふ	牛乳 牛乳 塩昆布	にんじん にんじん	ごぼう 干しこいたけ ねぎ キャベツ きゅうり 大根 えのきだけ ねぎ	ごはん アルファー化米 アルファー化もち米 さとう さとう	米油 ごま油
19木	ごはん 牛乳 なのはないりたまごやき(卵) キャベツとツナのあえもの かんどうに	菜の花入り卵焼き(たまご) オイルツナ ぶた肉 はんぺん 生あげ	牛乳	菜の花入り卵焼き(菜の花) 昆布	キャベツ きゅうり レモンかじゅう こんにゃく 大根	ごはん 菜の花入り卵焼き(でんぶん) さとう さとう	米油
20金	ごはん 牛乳 とりのからあげあまからあじ あかしそあえ ぶたじる ◎プリンふうデザート	とり肉 ぶた肉 みそ	牛乳	赤しそ粉 にんじん	キャベツ きゅうり 大根 ねぎ ごぼう	ごはん でんぶん さとう	米油
24火	ごはん 牛乳 さばのぎんがみやき きゅうりとわかめのすのもの だんごじる	さば銀紙焼(さば みそ) とり肉	牛乳 わかめ	にんじん にんじん	きゅうり ねぎ はくさい 干しこいたけ	ごはん さば銀紙焼(さとう 米粉) さとう ジャガポール(じゃがいも でんぶん)	米油
25水	ごはん 牛乳 こうやどうふのたまごとじ(卵) おかあえ きよみオレンジ	たまご とり肉 高野どうふ かつおぶし	牛乳	にんじん いんげん にんじん	たまねぎ 干しこいたけ もやし はくさい きよみオレンジ	ごはん さとう さとう	米油
26木	ふくろいりうどん 牛乳 ごもくあんかけ あいちのれんこんいりつくね(小2こ・中3こ) きりばしだいこんのいそかえ	ぶた肉 愛知のれんこん入りつくね(とり肉 大豆) オイルツナ	牛乳 のり	にんじん にんじん ほうれん草	もやし はくさい 干しこいたけ ねぎ 愛知のれんこん入りつくね(れんこん たまねぎ) 切干大根	白玉うどん でんぶん 愛知のれんこん入りつくね(さとう)	米油 愛知のれんこん入りつくね(植物油)
27金	ごはん 牛乳 ステイックメンチカツ A なのはなあえ さつまじる ◎いがまんじゅう	メンチかつ(ぶた肉 とり肉 大豆) チキンハム とり肉 みそ	牛乳	なばな にんじん にんじん	メンチかつ(たまねぎ) もやし 大根 ごぼう ねぎ	ごはん メンチかつ(パン粉 小麦粉 米粉 でんぶん) さとう さつまいも いがまんじゅう(あずき 米粉 さとう)	米油
	ごはん 牛乳 しろみさかなフライ B なのはなあえ さつまじる ◎さんょくだんご(よもぎいり)	白身魚フライ(ホキ) チキンハム とり肉 みそ	牛乳	なばな にんじん にんじん	もやし 大根 ごぼう ねぎ	ごはん 白身魚フライ(パン粉 小麦粉 米粉) さとう さつまいも さんょくだんご(米粉 さとう)	米油

小さな学校のみ、中は中学校のみ提供します。都合により食材を変更させていただく場合があります。

◎は、業者直接学校へ配送します。●は、クラス用のものです。

6つの基礎食品群に分類できる食品を記載しているため、微量な食品(100gあたり1g未満)や調味料等は、記載していません。

&lt;献立について&gt;

3日 節分にちなんで、「いわし」と「節分豆」ができます。

6日 かみまるくんの日です。「ビビンバ」のかみかみナムルをよくかんで食べましょう。

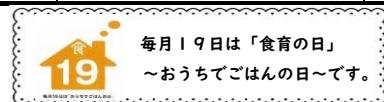
歯がはえかわる時など、かみにくい場合は先生に言いましょう。

20日 長久手市の多くの児童生徒が食べることができますように、アレルゲンに配慮した給食を作ります。

27日 3月3日のひなまつりにちなみ、「ひなまつりセレクトランチ」の日です。選んだメニューを楽しんで食べてください。

※ 3日「いわしのごまじょうゆあげ」、5日「そうだかつおのおかかに」、24日「さばのぎんがみやき」には、まれに魚卵が含まれることがあります。

★長久手市のホームページに詳細な献立材料表や給食レシピを掲載しています。ご家庭で活用してください。



毎月19日は「食育の日」  
~おうちでごはんの日~です。



今月の愛知の野菜

キャベツ きゅうり セロリー  
大根 にんじん はくさい  
パセリ ブロッコリー  
ほうれんそう ミニトマト

