



2月 よていこんだてひょう



成田市立公津の杜小学校共同調理場

令和8年

日	よ う び	牛 乳	こんだてめい		おもなざいりょうとはたらき(注: 食物アレルゲンが確認できるものではありません)					エネルギー(kcal) たんぱく質(g) 脂質(g) 食塩相当量(g)	
			しゅしょく	ふくしょく	体をつくるもと	体のちょうしをととのえるもと (ほかのたべもののへんしんをたすける)	エネルギーのもと				
					たんぱく質	無機質	ビタミン	たんすいかぶつ 炭水化物	たん 脂質		
2	月	○	ごはん	チキンナゲット かぶのあっさりサラダ ハヤシソース	とりにく きょくにぐりーゼー ぶたにく とうにゅう	牛乳	かぶのは にんじん バセリ トマト	キャベツ かぶ たまねぎ しめじ グリビーズ にんにく	こめ さとう じやかいも こむぎこ	オリーブオイル あぶら	683 266 19.3 2.3
3	火	○	ごはん	とうふハンバーグ おにおろしじる ふくまめ	とりにく とうふ おから ぶたにく かまぼこ あぶらあげ だいす	牛乳 かたくちいわし	にんじん みずな	たまねぎ にんにく しょうが だいこん はくさい えのきだけ	こめ さとう でんぶん	あぶら	614 30.8 16.9 2.1
4	水	○	ごはん	チーズタッカルビ のりスープ ナタデコゼリー	とりにく とうふ ぶたにく	牛乳 チーズ のり	ピーマン こまつな にんじん	しょうが にんにく キャベツ たまねぎ だいこん ながねぎ えのきだけ みかん	こめ さつまいも さとう ゼリー	あぶら	668 31.5 17.2 1.9
新山小6年生児童考案献立			さばのみぞに ほうれんそうのわふうサラダ なめこととうふのみぞしる	さば みぞ とうふ	牛乳 のり	ほうれんそう にんじん こまつな	きゅうり えのきだけ なめこ だいこん ながねぎ	こめ さとう	あぶら	615 24.8 20.2 2.2	
5	木	○	ごはん	ノンマヨポテトサラダ ラビオリスープ プロッコリードーナツ	ワインナー ラビオリ とりにく とうにゅう	牛乳 ヨーグルト	バセリ にんじん ほうれんそう プロッコリー	コーン きゅうり たまねぎ キャベツ	こめ じやかいも さとう こむぎこ	オリーブオイル あぶら	687 22.3 19.3 2.1
9	月	○	むぎごはん	とりにくのおりしポンずがけ むげんキャベツあえ インドに	とりにく ツナ ぶたにく さつまあげ	牛乳	はねぎ にんじん	だいこん キャベツ たまねぎ えだまめ	こめ おむぎ さとう でんぶん じやかいも	あぶら	643 31.0 16.9 2.2
公津の杜小6年生児童考案献立			ビビンバどんぐ れんこんチップス かんこくふうスープ とうにゅうプリン	ぶたにく だいす とりにく	牛乳 あおのり	にんじん ほうれんそう こまつな	れんこん はくさい もやし にんにく しょうが だいこん ながねぎ しいだけ	こめ さとう でんぶん げんまい とうにゅうプリン	あぶら	652 29.7 17.4 1.8	
12	木	○	うどん	あつやきたまご カルテつサラダ カレーなんばん やきいも	たまご ベーコン ぶたにくになると	牛乳 ひじき チーズ	にんじん こまつな	キャベツ きゅうり はくさい ながねぎ しめじ	うどん さとう こむぎこ さつまいも	あぶら	643 29.2 21.1 2.9
13	金	○	チョコパン	ハートのハンバーグ ほうれんそうとコーンのソテー ^{やさいスープ}	とりにく ぶたにく ワインナー	牛乳	トマト ほうれんそう にんじん こまつな	しめじ コーン たまねぎ キャベツ セロリ	パン チョコ さとう マカロニ	なまクリーム オリーブオイル	670 26.7 28.2 2.6
16	月	○	ごはん (じやこなふりかけ)	つくねやき おでん いよかん	とりにく おから みぞ かつおぶし ワインナー ちくわ さつまあげ がんもどき	牛乳 ちりめんじやこ こんぶ	こまつな だいこんのは にんじん	しょうが ながねぎ だいこんいよかん	こめ さとう でんぶん		669 29.2 19.1 2.8
17	火	○	むぎごはん	スタミナサラダ チキンカレー いちごソースのパンケーキ	ぶたにく とりにく とうにゅう	牛乳	にんじん	ににく キャベツ もやし しょうが たまねぎ いんげんまめ セロリ いちご レモン	こめ おむぎ さとう じやかいも こむぎこ	あぶら	718 27.2 17.4 2.3
18	水	○	ごはん	さけのちゃんちゃんやき きんびらごぼう すいとんじる	さけ みぞ ぶたにく とりにく	牛乳	にんじん さやいんげん かぼちゃ こまつな	たまねぎ キャベツ コーン しょうが ににく ごぼう だいこん ながねぎ	こめ さとう すいとん	あぶら	606 28.4 12.8 2.0
新山小6年生児童考案献立			はるまき もやしのナムル ニラたまスープ	ぶたにく たまご とりにく とうふ	牛乳	にんじん チングケンサイ にら	もやし きゅうり ににく たまねぎ	こめ でんぶん	あぶら	635 21.4 21.2 2.0	
公津の杜小6年生児童考案献立			てりやきチキン ほうれんそうとコーンのヨネーズ あえ けんちんじる ミルメークコーヒー	とりにく ハム かつおぶし あぶらあげ とうふ	牛乳 わかめ	ほうれんそう にんじん こまつな	コーン だいこん こぼう	こめ さとう でんぶん さといも ミルメーク	あぶら	633 31.2 15.4 2.5	
24	火	○	ピザドッグ	イカとプロッコリーのサラダ とうにゅうポタージュ フルーツしらたま	ベーコン いか とりにく とうにゅう	牛乳 チーズ	ピーマン プロッコリー にんじん バセリ	ににく たまねぎ マッシュルーム コーン キャベツ いんげんまめ パイン もも	パン さとう じやかいも こむぎこ しらたま ゼリー	あぶら	714 30.6 21.0 3.0
25	水	○	ごはん	ししゃもいそベフライ いりどうふ とんじる きんかん	ししゃも とりにく とうふ ぶたにく みぞ	牛乳	にんじん こまつな	たまねぎ しいだけ えだまめ だいこん ごぼう きんかん	こめ さとう さといも	あぶら	628 26.2 18.7 2.0
26	木	○	ごはん	とりにくのレモンじょうゆやき くきわかめサラダ ワンタンスープ	とりにく ぶたにく	牛乳 くきわかめ	にんじん にら	レモン もやし コーン はくさい ながねぎ	こめ さとう でんぶん ワンタン	あぶら	614 29.9 16.5 1.6
公津の杜小6年生児童考案献立			なつとういりたまごやき さけだいこん わかめのみぞしる ヨーグルト	たまご なつとう さけ あぶらあげ みぞ	牛乳 わかめ ヨーグルト	はねぎ にんじん だいこんのは	しょうが だいこん たまねぎ	こめ さとう でんぶん じやかいも	あぶら	691 29.2 18.1 2.6	

★食材購入等の都合により、
献立を変更することがあります。
★お米は成田産こしひかり(1等米)を
使用しています。
★次回の給食費の口座振替(納付)日は
3月2日です。(1月分給食費)

6年生の家庭科の授業で「1食分の献立作成」の
学習が行われました。
今月は6年生が考えた献立を取り入れています。
ぜひご注目ください。
※調理作業や栄養価などの関係で調整させて
いただいております。

学校給食摂取基準(基準)	2月平均
熱量: 650kcal	654
たんぱく質: 26.8g(範囲21.1~32.5g)	28.1
脂質: 18.1g(範囲14.4~21.7g)	18.7
食塩相当量: 2.0g以下	2.3

