

令和8年2月分学校給食献立予定表

- ▲■の記号について(栄養三色)
 - 赤… 血や筋肉・骨になり体を作るもとになる
(にく・さかな・ぎゅうにゅうなど)
 - ▲黄… 動く力・体温のもとになる
(ごはん・パン・あぶら・バターなど)
 - 緑… 体の調子をととのえる

島本町教育委員会

日曜日	献立名		食品名	一人分量	栄養三色	日曜日	献立名		食品名	一人分量	栄養三色	日曜日	献立名		食品名	一人分量	栄養三色	
	献立名	食品名					献立名	食品名					献立名	食品名				
2日(月)	大根のマリネ	米飯	ごめ	105	▲	6日(金)	米飯	ごめ	105	▲	13日(金)	米飯	ごめ	105	▲	2日(月)	米飯	ごめ
		☆牛乳	☆ぎゅうにゅう	1本・206	●		☆牛乳	☆ぎゅうにゅう	1本・206	●		☆牛乳	☆ぎゅうにゅう	1本・206	●		☆牛乳	☆ぎゅうにゅう
		☆カレーライスの具	ぶたもにく	39	●		味噌焼きつくね	ぶたミンチ	59	●		ヤンニヨムチキン	とり肉	1個・70	●		☆牛乳	☆ぎゅうにゅう
		ぶたもにく	78	■	ちちょうが		0.3	●	しょ	0.4		●	しょ	0.4	●			
		じやがいも	52	▲	にんにく		0.4	●	こしよう	0.01		●	こしよう	0.01	●			
		にんじん	26	■	たまねぎ		13	●	さけ	1.3		●	さけ	1.3	●			
		セロリー	7	■	にんじん		7	●	トマトケチャップ	3.9		●	トマトケチャップ	3.9	●			
		ちちょうが	1.3	■	にんじん		4	●	コチジャン	1.3		●	コチジャン	1.3	●			
		りんごピューレ	10	■	にんじん		0.4	●	さとう	1.3		●	さとう	1.3	●			
		☆バター	4.6	▲	にんじん		1.3	●	にんじん	0.1		●	にんじん	0.1	●			
		ごめあぶら	3.3	▲	きゅうりとわかめの酢の物	こいくちしようゆ	みそ	2.6	●	じやがいもでんぶん		0.1	●	じやがいもでんぶん	0.1	●		
		こむぎこ	9	▲		しお	0.1	●	こしよう	0.01		●	こしよう	0.01	●			
		カレー粉	1	■		こしよう	0.01	●	小松菜のナムル	こまつな		20	■	小松菜のナムル	こまつな	20	■	
		ごめあぶら	0.7	▲		しお	0.1	●	マグロ油漬	9		●	マグロ油漬	9	●			
		ポークブイヨン	10	■		こしよう	0.01	●	だいこん(根)	33		■	だいこん(根)	33	■			
		トマトケチャップ	5.9	■		ローリエ	0.01	●	にんじん	13		■	にんじん	13	■			
		ウスターソース	4.2	■		こしよう	0.04	●	ごまあぶら	0.4		▲	ごまあぶら	0.4	▲			
		濃厚ソース	1.3	■		ローリエ	0.01	●	こいくちしようゆ	3.3		▲	こいくちしようゆ	3.3	▲			
		こいくちしようゆ	1.3	■		こしよう	0.7	●	いりごま(白)	1.3		▲	いりごま(白)	1.3	▲			
		しお	0.7	●		ローリエ	0.01	●	はるさめ	5.2		▲	はるさめ	5.2	▲			
		こしよう	0.04	●		エネルギー	756	32.3g	17.4g	たんぱく		21.4g	24%	たんぱく	21.4g	24%		
		ローリエ	0.01	●		エネルギー	801	30.8g	26.3g	しほう		24%	24%	しほう	24%	24%		
		エネルギー	801	27g	21.4g	エネルギー	801	30.8g	26.3g	たんぱく		21.4g	24%	たんぱく	21.4g	24%		
		kcal	13.5%	13.5%	24%	エネルギー	756	17.1%	20.7%	しほう		24%	24%	しほう	24%	24%		
		kcal	13.5%	13.5%	24%	エネルギー	801	15.4%	20.7%	たんぱく		21.4g	24%	たんぱく	21.4g	24%		
		kcal	13.5%	13.5%	24%	エネルギー	756	17.1%	20.7%	しほう		24%	24%	しほう	24%	24%		
		kcal	13.5%	13.5%	24%	エネルギー	801	15.4%	20.7%	たんぱく		21.4g	24%	たんぱく	21.4g	24%		
		kcal	13.5%	13.5%	24%	エネルギー	756	17.1%	20.7%	しほう		24%	24%	しほう	24%	24%		
		kcal	13.5%	13.5%	24%	エネルギー	801	15.4%	20.7%	たんぱく		21.4g	24%	たんぱく	21.4g	24%		
		kcal	13.5%	13.5%	24%	エネルギー	756	17.1%	20.7%	しほう		24%	24%	しほう	24%	24%		
		kcal	13.5%	13.5%	24%	エネルギー	801	15.4%	20.7%	たんぱく		21.4g	24%	たんぱく	21.4g	24%		
		kcal	13.5%	13.5%	24%	エネルギー	756	17.1%	20.7%	しほう		24%	24%	しほう	24%	24%		
		kcal	13.5%	13.5%	24%	エネルギー	801	15.4%	20.7%	たんぱく		21.4g	24%	たんぱく	21.4g	24%		
		kcal	13.5%	13.5%	24%	エネルギー	756	17.1%	20.7%	しほう		24%	24%	しほう	24%	24%		
		kcal	13.5%	13.5%	24%	エネルギー	801	15.4%	20.7%	たんぱく		21.4g	24%	たんぱく	21.4g	24%		
		kcal	13.5%	13.5%	24%	エネルギー	756	17.1%	20.7%	しほう		24%	24%	しほう	24%	24%		
		kcal	13.5%	13.5%	24%	エネルギー	801	15.4%	20.7%	たんぱく		21.4g	24%	たんぱく	21.4g	24%		
		kcal	13.5%	13.5%	24%	エネルギー	756	17.1%	20.7%	しほう		24%	24%	しほう	24%	24%		
		kcal	13.5%	13.5%	24%	エネルギー	801	15.4%	20.7%	たんぱく		21.4g	24%	たんぱく	21.4g	24%		
		kcal	13.5%	13.5%	24%	エネルギー	756	17.1%	20.7%	しほう		24%	24%	しほう	24%	24%		
		kcal	13.5%	13.5%	24%	エネルギー	801	15.4%	20.7%	たんぱく		21.4g	24%	たんぱく	21.4g	24%		
		kcal	13.5%	13.5%	24%	エネルギー	756	17.1%	20.7%	しほう		24%	24%	しほう	24%	24%		
		kcal	13.5%	13.5%	24%	エネルギー	801	15.4%	20.7%	たんぱく		21.4g	24%	たんぱく	21.4g	24%		
		kcal	13.5%	13.5%	24%	エネルギー	756	17.1%	20.7%	しほう		24%	24%	しほう	24%	24%		
		kcal	13.5%	13.5%	24%	エネルギー	801	15.4%	20.7%	たんぱく		21.4g	24%	たんぱく	21.4g	24%		
		kcal	13.5%	13.5%	24%	エネルギー	756	17.1%	20.7%	しほう		24%	24%	しほう	24%	24%		
		kcal	13.5%	13.5%	24%	エネルギー	801	15.4%	20.7%	たんぱく		21.4g	24%	たんぱく	21.4g	24%		
		kcal	13.5%	13.5%	24%	エネルギー	756	17.1%	20.7%	しほう		24%	24%	しほう	24%	24%		
		kcal	13.5%	13.5%	24%	エネルギー	801	15.4%	20.7%	たんぱく		21.4g	24%	たんぱく	21.4g	24%		
		kcal	13.5%	13.5%	24%	エネルギー	756	17.1%	20.7%	しほう		24%	24%	しほう	24%	24%		
		kcal	13.5%	13.5%	24%	エネルギー	801	15.4%	20.7%	たんぱく		21.4g	24%	たんぱく	21.4g	24%		

★印は卵除去食、☆印は乳除去食の対象献立です。

※食材は物資の都合により、変更となる場合があります。

※給食で「そば・落花生(ピーナッツ)・くるみ」は、そのものの提供や加工品に含まれることはありません。
※海産物(わかめ・しらす等)は、えび・かにに混ざる場合があります。

※海産物(わかめ・しらす等)は、えび・かにが混ざる場合があります。
※揚げ油は同じ油で別の食材も調理しているため、アレルギー物資の

学校給食摂取基準	熱量 (kcal)	蛋白質 (%)	脂肪 (%)
----------	-----------	---------	--------

子供和成長取量半	熱量(kcal)	蛋白質(%)	脂肪(%)	食塩相当量(g)	カルシウム(mg)	マグネシウム(mg)	鉄(mg)	ビタミンA(βbHAE)	ビタミンD1(mg)	ビタミンB2(mg)	ビタミンE(mg)	良物繊維(g)
一人一回当たり	830	13~20	20~30	2.5未満	450	120	4.5	300	0.5	0.6	35	7