

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
(はん・パン・あぶら・バターなど)

島本町教育委員会

★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。

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
19 日 (木)	パーカーパン	パーカーパン	1個・60	▲	26 日 (木)	コッペパン	コッペパン	1個・60	▲
	☆牛乳	☆ぎゅうにゅう	1本・206	●		☆牛乳	☆ぎゅうにゅう	1本・206	●
	エビカツ	えびカツ こめあぶら(揚物用)	1個・60 6	▲ ▲		チキンティッカ	とりもにく 卵不使用マヨネーズ トマトケチャップ にんにく つちしょうが カレー粉	1個・50 5 5 0.2 0.6 0.8	▲ ▲
	キャベツソテー	きやべつ こめあぶら こいくちしょうゆ こしょう しお	40 0.3 0.1 0.02 0.2	■ ▲		エスニックジャーマンポテト	じゃがいも マグロ米油漬 たまねぎ にんじん オリーブオイル ナンブラー しお こしょう	25 10 10 10 0.5 2 0.2 0.03	▲ ● ■ ■
	野菜スープ	とりむねにく たまねぎ じゃがいも こまつな にんじん コーン(ホール) けずりぶし うすくちしょうゆ しお ばいせんこんぶ	10 25 15 15 8 5 2 2 0.3 0.3	● ■ ▲ ■ ■ ■ ●		小松菜とウインナーのスープ	こまつな ウインナー たまねぎ にんじん けずりぶし うすくちしょうゆ しお こしょう	10 7 15 8 2 2 0.3 0.03	■ ● ■ ■
	エネルギー	たんぱく 607 kcal	しほう 24g 30.1%			エネルギー	たんぱく 589 kcal	しほう 28.3g 32.2%	
	米飯	こめ	85	▲		米飯	こめ	85	▲
	☆牛乳	☆ぎゅうにゅう	1本・206	●		☆牛乳	☆ぎゅうにゅう	1本・206	●
	サケの香味ソース焼き	サケ あおねぎ にんにく ナンブラー こいくちしょうゆ みりん コチジャン こしょう	1個・50 3 0.2 1.2 1.2 0.5 0.3 0.01	● ■ ■		揚げしゅうまいの酢醤油かけ	しゅうまい こめあぶら(揚物用) す こいくちしょうゆ ごまあぶら	2個・36 6 4 2 0.2	▲ ▲
	大豆と糸こんにゃくの煮物	乾燥だいす とりむねにく 糸こんにゃく にんじん つちしょうが さとう こいくちしょうゆ こめあぶら	10 10 10 5 0.3 1.8 3.5 0.5	● ● ● ■ ■ ▲ ● ▲		春雨のオイスター炒め	はるさめ ぶたもにく こまつな たまねぎ にんじん こめあぶら こいくちしょうゆ オイスターソース しお こしょう ごまあぶら	8 10 15 10 5 0.3 1 0.8 0.2 0.02 0.2	▲ ● ■ ■ ▲
20 日 (金)	みぞれ汁	ぶたもにく だいこん(根) にんじん エリンギ しろねぎ けずりぶし うすくちしょうゆ しお さけ じゃがいもでんぶん つちしょうが	10 40 8 8 5 2 2 0.3 0.5 1 1	● ■ ■ ■ ■ ■ ■ ● ▲ ■		すまし汁	冷凍ミニあつあげ とりむねにく たまねぎ きやべつ にんじん けずりぶし うすくちしょうゆ しお ばいせんこんぶ	15 15 20 10 7 2 2 0.3 0.3	● ● ■ ■ ▲
	エネルギー	たんぱく 604 kcal	しほう 31.2g 20.7%			エネルギー	たんぱく 662 kcal	しほう 22.1g 13.4%	
	米飯	こめ	85	▲		米飯	こめ	85	▲
	☆牛乳	☆ぎゅうにゅう	1本・206	●		☆牛乳	☆ぎゅうにゅう	1本・206	●
	プリプリ中華炒め	とりむねにく ごまあぶら さけ こいくちしょうゆ じゃがいも にんじん たけのこ水煮 板こんにゃく つちしょうが にんにく こめあぶら さとう トウバնジャン こいくちしょうゆ うすくちしょうゆ す じゃがいもでんぶん	45 0.5 1 1.5 35 20 5 15 0.8 0.5 1 1.3 0.2 1.7 1.2 0.5 1	● ▲ ■ ■ ▲ ■ ■ ■ ■ ■ ▲ ▲ ■ ■ ■ ■ ■ ▲		春雨のオイスター炒め	はるさめ ぶたもにく こまつな たまねぎ にんじん こめあぶら こいくちしょうゆ オイスターソース しお こしょう ごまあぶら	8 10 15 10 5 0.3 1 0.8 0.2 0.02 0.2	▲ ● ■ ■ ▲
	★かきたま汁	★たまご ショルダーベーコン たまねぎ にんじん あおねぎ けずりぶし うすくちしょうゆ しお ばいせんこんぶ じゃがいもでんぶん	25 20 15 8 5 2 2 0.3 0.3 1	● ● ■ ■ ■ ■ ■ ● ■ ▲		すまし汁	冷凍ミニあつあげ とりむねにく たまねぎ きやべつ にんじん けずりぶし うすくちしょうゆ しお ばいせんこんぶ	15 15 20 10 7 2 2 0.3 0.3	● ● ■ ■ ▲
	エネルギー	たんぱく 623 kcal	しほう 29.6g 19%			エネルギー	たんぱく 662 kcal	しほう 22.1g 13.4%	
	米飯	こめ	85	▲		米飯	こめ	85	▲
	☆牛乳	☆ぎゅうにゅう	1本・206	●		☆牛乳	☆ぎゅうにゅう	1本・206	●
	春巻	はるまき こめあぶら(揚物用)	1個・50 6	▲ ▲		春巻	はるまき こめあぶら(揚物用)	1個・50	▲
24 日 (火)	ピリ辛もやし	もやし ぶたもにく にんじん にんにく こめあぶら トウバնジャン さけ さとう こいくちしょうゆ す ごまあぶら	45 10 10 0.1 0.5 0.1 1 1 2 0.3	■ ● ■ ■ ■ ■ ■ ■ ■ ▲		ピリ辛もやし	もやし ぶたもにく にんじん にんにく こめあぶら トウバնジャン さけ さとう こいくちしょうゆ す ごまあぶら	45 10 10 0.1 0.5 0.1 1 1 2 0.3	■ ● ■ ■ ■ ■ ■ ■ ■ ▲
	冬野菜のスープ	たまねぎ こまつな はくさい にんじん とりむねにく けずりぶし うすくちしょうゆ しお こしょう	20 15 20 10 10 2 2 0.3 0.03	■ ■ ■ ■ ■ ■ ■ ■ ■		冬野菜のスープ	たまねぎ こまつな はくさい にんじん とりむねにく けずりぶし うすくちしょうゆ しお こしょう	20 15 20 10 10 2 2 0.3 0.03	■ ■ ■ ■ ■ ■ ■ ■ ■
	エネルギー	たんぱく 708 kcal	しほう 19.7g 11.1%			エネルギー	たんぱく 708 kcal	しほう 26.1g 33.2%	

*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・かにが混ざる場合があります
※揚げ油は同じ油で別の食材を調理しているため、アレルギー物資

*揚げ油は同じ油で別の食材も調理しているため、アレルギー物質の溶出や混入の可能性があります。

学校給食換取基準	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C(μgRAE)	ビタミンB1(mg)	ビタミンB2(mg)	ビタミンC(mg)	食物繊維(g)
一人一回当たり	650	13~20	20~30	2未満	350	50	3	200	0.4	0.4	25	4.5