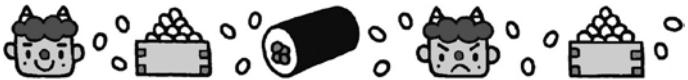




令和8年 2月分献立表



豊川市学校給食課(南部学校給食センター)

日	曜	献立名	主な食品とその働き						メモ欄
			赤／体をつくる		緑／体の調子を整える		黄／エネルギーになる		
			1群 魚・肉・卵 大豆・大豆製品	2群 牛乳・乳製品 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 米・パン・めん いも・砂糖	6群 油脂・種実	
2月		ごはん 牛乳 五目きんぴら		牛乳			ごはん		せつぶん献立 いわしのかば焼き丼: ごはんにいわしのか ば焼きをのせて食べ ましょう。
		いわしのかば焼き丼					さとう	油	
		海そうサラダ	たまねぎドレッシング	ひじき		さとう でんぶん 米粉	油		
		せつぶん豆				コーン きゅうり ごんにゃく寒天	たまねぎドレッシング		
3火		ごはん 牛乳 生揚げのみそ煮		牛乳			ごはん		豊川産根深ねぎの日
		うの花はんぺん(㊥2こ・㊥3こ)			にんじん	だいこん ごんにゃく 根深ねぎ 干しいたけ	さといも さとう	油	
		きゅうりの塩こんぶあえ 【塩こんぶ】			にんじん	たまねぎ キャベツ きゅうり しょうが 【しいたけ】	でんぶん さとう	油	
						【さとう】			
4水		中華めん 牛乳 とんこつしょうゆラーメン		牛乳			中華めん		
		揚げぎょうざ(㊥2こ・㊥3こ)	なるとまき		にんじん チンゲンサイ	にんにく たまねぎ コーン はくさい	でんぶん	油	
		もやし炒め	ぶた肉			キャベツ たまねぎ しょうが	さとう 小麦粉	油	
						もやし		油	
5木		ごはん 牛乳 すきやき		牛乳			ごはん		豊川産根深ねぎの日
		厚焼きたまご	牛肉 なるとまき 冷凍生揚げ		にんじん	おろししょうが たまねぎ ごんにゃくはくさい根深ねぎ	さとう	油	
		れんこんのおかか炒め	鶏卵			さとう でんぶん	油		
			花かつお		にんじん さやいんげん	れんこん エリンギ	さとう	油	
6金		ごはん 牛乳 中華スープ		牛乳			ごはん		豊川産根深ねぎ・きく らげ・ミニトマトの日 ヨーグルト:学校配送
		ぶた肉のかき油炒め	なるとまき 冷凍とうふ			たまねぎ 根深ねぎ はくさい 干しいたけ		油	
		ミニトマト(2こ)	ぶた肉		チンゲンサイ	たけのこ きくらげ	さとう でんぶん	油	
		ヨーグルト		ミニトマト					
9月		ごはん 牛乳 なめこ汁	コーヒー糖	牛乳			ごはん コーヒー糖		
		れんこんサンドカレーフライ	冷凍とうふ 赤みそ 白みそ		はねぎ	たまねぎ だいこん なめこ	さといも		
		ひじきの煮付け	とり肉			たまねぎ しいたけ れんこん	パン粉 でんぶん 小麦粉	油	
			冷凍油揚げ	ひじき	にんじん	たけのこ ごんにゃく	さとう	油	
10火		ごはん 牛乳 わかめスープ		牛乳			ごはん		豊川産根深ねぎの日 ピリ辛丼:ごはんにピ リ辛丼の具をのせて 食べましょう。
		ピリ辛丼	冷凍とうふ	わかめ		たまねぎ もやし	さとう でんぶん	油	
		はるみみかん	ぶた肉			おろししょうが ごんにゃく エリンギ 根深ねぎ			
		アーモンド小魚		かたくちいわし		はるみみかん	さとう でんぶん	アーモンド	
12木		麦ごはん 牛乳 米粉のハヤシライス		牛乳			ごはん 大麦		
		オムレツ	牛肉 豆乳		にんじん 冷凍トマト	たまねぎ マッシュルーム	じゃがいも	油	
		コールスローサラダ	鶏卵			さとう でんぶん	油		
				にんじん	コーン キャベツ		コールスロードレッシング		
13金		ごはん 牛乳 ツナと大豆の煮付け		牛乳			ごはん		豊川産いちごの日
		キャベツ入りメンチカツ	水煮大豆 まぐろ水煮		にんじん さやいんげん	ごぼう れんこん ごんにゃく	さとう		
		いちご(2こ)	牛肉 ぶた肉			キャベツ たまねぎ	でんぶん パン粉 さとう 小麦粉 コーンフラワー	油	
						いちご			
16月		ごはん 牛乳 けんちん汁		牛乳			ごはん		
		ちくわのいそべ揚げ(㊥1・2年1こ・その他2こ)	とうふ		にんじん はねぎ	だいこん 干しいたけ ごんにゃく	さとう	油	
		ごまあえ	たら	あおさ	にんじん ほうれんそう	はくさい	さとう 小麦粉 でんぶん	油	
		㊥角チーズ		角チーズ			さとう	すりごま いりごま	
17火		ソフトめん 牛乳 ミートソース		牛乳			ソフトめん		
		えだ豆とコーンのソテー	ぶた肉		にんじん 冷凍トマト	たまねぎ		油	
		りんご	カットウインナー			コーン むきえだ豆		油	
						りんご			
18水		ごはん 牛乳 じゃがいものふくめ煮		牛乳			ごはん		
		愛知のれんこん入りつくね(㊥2こ・㊥3こ)	揚げはん		にんじん さやいんげん	たまねぎ たけのこ ごんにゃく	じゃがいも さとう		
		切り干しだいこんのサラダ	とり肉			れんこん たまねぎ しょうが	さとう	油	
			ごまドレッシング			切り干しだいこん コーン きゅうり	ごまドレッシング		
19木		ごはん 牛乳 かきたま汁		牛乳			ごはん		豊川産青じその日
		たらのカリカリフライ(㊥2こ・㊥3こ)	冷凍とうふ 液卵		にんじん 青じそ	たまねぎ えのきたけ	でんぶん		
		ポイルキャベツ	たら			じゃがいも 米粉 でんぶん	油		
					キャベツ				
20金		ごはん 牛乳 マーボーどうふ		牛乳			ごはん		
		しゅうまい(㊥2こ・㊥3こ)	ぶた肉 冷凍とうふ 赤みそ		はねぎ	おろししょうが たまねぎ	さとう でんぶん	油	
		もやしのナムル	とり肉 ぶた肉 たら			たまねぎ	さとう 小麦粉 小麦粉 でんぶん	油	
				にんじん ほうれんそう	もやし にんにく	さとう	油		
24火		五こくごはん はっこう乳		はっこう乳			ごはん 大麦 発芽玄米 黒米 もちきび 赤米		豊川産ピーマンの日 はっこう乳:学校配送
		キーマカレー	ぶた肉		にんじん 冷凍トマト ピーマン	たまねぎ エリンギ		油	
		ハートのパンプキンコロッケ	とり肉		かぼちゃ	たまねぎ	さとう 小麦粉 小麦粉 コーングラツ	油	
		コーンサラダ	コーンドレッシング			コーン キャベツ きゅうり		コーンドレッシング	
25水		ごはん 牛乳 おでん		牛乳			ごはん		
		さんまの銀紙焼き	揚げはん うずらたまご	角切りこんぶ	にんじん	だいこん ごんにゃく	さといも		
		青菜あえ 【なめしの素】	さんま みそ			さとう 米粉			
			【かつおぶし】		なめしの素 【青菜】	キャベツ きゅうり	【さとう】		
26木		ロールパン 牛乳 米粉のクリームシチュー		牛乳			ロールパン		
		ハンバーグのケチャップソースかけ	とり肉 豆乳		にんじん	たまねぎ マッシュルーム はくさい	じゃがいも	油	
		キャベツソテー	とり肉 ぶた肉			たまねぎ	さとう	油	
					キャベツ		油		
27金		㊥ごはん ㊥赤はん 牛乳		牛乳			㊥ごはん ㊥ごはん もち米 あずき		中学校お祝い献立 ㊥米 粉のいちごク レープ:学校配送
		ゆばのすいもの	かまぼこ 冷凍とうふ ゆば		にんじん みつば	たまねぎ えのきたけ			
		とりのから揚げ	とり肉		にんじん 赤しそ粉	おろししょうが	米粉	油	
		赤しそあえ				キャベツ きゅうり			
		㊥ミニゼリー(洋なし)				洋なし 洋なし果汁	さとう		
	㊥米粉のいちごクレープ	豆乳 大豆粉			いちごピューレー いちご果汁	さとう 米粉	油		

●献立表の㊥は小学校、㊥は中学校です。 ●食物アレルギーの確認は加工食品アレルギー表示表をご覧ください。●太字は愛知県産の予定です。 ●調味料やだし等については予定献立表をご覧ください。 ●都合により献立及び食品を変更する場合があります。

給食レシピの紹介

すきやき

〈材料(4人分)〉

・サラダ油 小さじ1
・おろししょうが 1g
・牛もも肉 120g
・酒 大さじ1/2
・にんじん(いちよう0.5cm) 40g
・たまねぎ(スライス) 160g
・糸こんにゃく(3cm.湯通し)..... 60g

・根深ねぎ(1cm) 60g
・冷凍生揚げ(油抜き) 120g
・なるとまき(0.5cm) 40g
・はくさい(2cm) 160g
・さとう 大さじ1
・和風だし 小さじ1
・しょうゆ 大さじ1と1/2

〈作り方〉

①鍋にサラダ油を入れて熱し、おろししょうが、牛肉を炒めて、酒をふる。
②にんじん、たまねぎ、糸こんにゃくを入れ炒める。
③Aの調味料を加え、根深ねぎ、冷凍生揚げ、なるとまき、はくさいを入れ煮含め、仕上げる。

2月の「豊川産〇〇の日」

豊川でつくられた食材です！



ミニトマト ピーマン いちご 豊川市六角町 鈴木 亜希さんです。

ひとつひとつ大切に育てました。ビタミンたっぷりのピーマンをモリモリ食べて、元気に学校生活を送ってください。



学校給食課

予定献立表・加工食品アレルギー表示表・給食レシピ・食材産地などは豊川市学校給食課のホームページでご覧いただけます。

毎月19日は「食育の日～おうちでごはんの日～」です