



令和8年2月献立予定表(B)

薩摩川内市立
川内学校給食センター



献立は市のホーム
ページでも確認でき
ます。

日 曜	こんだて名		おもにエネルギー のもとになる食品	おもに体をつくる もとになる食品	おもに体の調子を 整えるもとになる食品	調味料など	えいようか		下線が引いてある食品の主な原材料 【特定原材料8品目(しょうゆ味噌の小麦は除外)】		
	主食	牛 乳	おかず				エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)			
2 月	①バター ロールパン 	②牛 乳	③ミネストローネ ④かつおと野菜のマヨソテー	①コッペパン ③じゃがいも マカロニ さんおんとう ④ソニエックマヨネーズ サラダあぶら	①たまご ②ぎゅうにゅう ③とりにく ④かつおフレーク	③にんじん たまねぎ セロリ しめじ スッキーニー にんにく トマト ④にんじん ごぼう ブロッコリー コーン レモン	③とりがらスープ うすくちしょうゆ コンソメ あかワイン こしょう ④うすくちしょうゆ こしょう	648 803	26.5 32.2	下線(細字)の加工食品は、給食食 材の原材料名【食物アレルギー対 応用】に掲載してあります。	
3 火	①麦ごはん 	②牛 乳	③さつま汁 ④いわしのかば焼き ⑤節分豆(小・中のみ)	①こめ おおむぎ ③じゃがいも ④でんぶん なたねあぶら さんおんとう ごま	②ぎゅうにゅう ③とりにく あつあげ こめみそ むぎみそ ④いわし ⑤せつぶんまめ	③こんにゃく ごぼう だいこん にんじん ふかねぎ しょうが ④しょうが	③かつおぶし ④こいくちしょうゆ さけみりん	645 772	30.5 36.0	かつお 大豆油 野菜エキス アミノ酸 <u>節分豆</u> 大豆 砂糖 <u>クリーム(植物性)</u> 大豆 <u>かんきつドレッシング</u> 醸造酢 食用植物油脂 糖類 魚醤 たまねぎ 発酵調味料 砂糖 梅肉 水あめ たん白水 分解物 ゆず皮 みかん果皮 酵母エキスパウダー みかん果汁 赤ビーマン 香料 こんぶエキス 増粘多糖類 <u>ベーコン</u> 豚もも肉 大豆たん白 酵母エキス レーグルタミン酸Na リン酸塩 香辛料抽出物 カラギーナン 砂糖 <u>鶏肉入り団子</u> 鶏肉 たまねぎ 砂糖 発酵調味料 えんどう豆たん白 海藻ミネラル でん粉(タピオカ・馬鈴薯) オニオンパウダー ガーリック ベパー 酵母エキス 鉄含有酵母 <u>香草焼きシーヌシング</u> コーングリット ガーリック でん粉 ホワイトペッパー パブリカ セージ バセリ レモンパウダー タラコン ティルウイード 調味料 増粘剤 トレハロース <u>鶏レバーの童田揚げ</u> 鶏肝 でん粉 なたね油 パーム油 しょうゆ 味噌 砂糖 しょうが 果糖ぶどう糖液糖 アミノ酸等 にんにく 醸造酢 酒精 増粘剤 <u>お魚ふりかけ(小麦)</u> ドロマイト 混合削り節粉末 砂糖 こま しょうゆ みりん でん粉 鰹風味調味料 鰹削り節酵母エキス 乾燥マッシュボテト かぼちゃ粉末 還元水あめ 青のり 黒のり 鰹削り節昆布エキス アナト一色素 カラメル色素 ビタミンC 水あめ <u>ぬるチーズ【乳】</u> チーズ ショートニング 乳化剤 マルトデキストリン 加工デンプン 乳清カルシウム 酢酸Na グリシン グリセリン脂肪酸エステル pH調整剤 <u>さつまあげ【小麦】</u> タラ イトヨリ エゾ 発酵調味料 でん粉(小麦・馬鈴薯) 砂糖 地酒 植物性たん白 ぶどう糖 植物油脂 アミノ酸 <u>チョコプリン</u> グラニュー糖 粉あめ カカオマス ボリデキストロース 加工でん粉 ココアパウダー 果糖 増粘多糖類 香料 ピロリン酸第二鉄 <u>照り焼きチキンパティ【小麦】</u> 鶏肉 植物性たん白 たまねぎ 豚脂 パン粉 砂糖 鮭醤 香辛料 ピロリン酸鉄 発酵調味料 ワイン しょうゆ チキンエキス 酒精 醸造酢 しょうが みりん カラメル色素 加工でん粉 キサンタン なたね油 パーム油	
4 水	①米粉入り パン 	②牛 乳	③小松菜のクリームスパゲッティ ④なつみかんサラダ	①こめこいりパン ③スパゲッティ とうにゅうマーガリン クリーム(植物性) ④かんきつドレッシング	②ぎゅうにゅう ③とりにく ペー ^コ ン とうにゅう かんてん	③にんじん たまねぎ しめじ こまつな にんにく	③しろワイン とりがらスープ こめこホワイトルー コンソメ こしょう	652 814	22.1 26.7		
5 木	①麦ごはん 	②牛 乳	③塩ちゃんこ ④手作りからあげ*	①こめ おおむぎ ④でんぶん なたねあぶら	②ぎゅうにゅう ③ぶたにく あぶらあげ とりにくいりだんこ ④とりにく	③にんじん だいこん はくさい ふかねぎ こだいすもやし しめじ しょうが	③とりがらスープ とんこつスープ うすくちしょうゆ みりん ④こうとうやきシーヌシング うすくちしょうゆ	698 863	29.2 36.2		
6 金	①黒糖パン 	②牛 乳	③中華コーンスープ ④れんこんの中華いため	①コッペパン くろざとう ③でんぶん ごまあぶら ④さんおんとう ごまあぶら	②ぎゅうにゅう ③とりにく とうふ ぶたにく だいす かんてん	③にんじん たけのこ チングンサイ コーン きくらげ えのきだけ ④たまねぎ にんじん れんこん ビーマン にんにく しょうが	③とりがらスープ うすくちしょうゆ ちゅうかだし こしょう ④うすくちしょうゆ ちゅうかだし さけ こしょう オイスターソース	632 780	29.6 36.0		
9 月	①薩摩川内米 ごはん 	②牛 乳	Cafeメニュー ③とうふのくず汁 ④レバーのガーリック風味 ⑤お魚ふりかけ	①さつせんだいまい おおむぎ ③じゃがいも さんおんとう ④でんぶん ざらめ なたねあぶら	①さつせんだいまい おおむぎ ③じゃがいも さんおんとう ④でんぶん ざらめ なたねあぶら	②ぎゅうにゅう ③とりにく とうふ ぶたにく だいす かんてん	③だいこん にんじん しいたけ ふかねぎ ④にら にんにく しょうが	③かつおぶし うすくちしょうゆ ④こいくちしょうゆ トウバンジャン	690 835	28.5 33.9	
10 火	①コッペパン 	②牛 乳	③ABCスープ*	①コッペパン ③マカロニ サラダあぶら	②ぎゅうにゅう ③ペー ^コ ン ④ぎゅうにく ⑤ぬるチーズ	③にんじん たまねぎ キャベツ こまつな コーン	③とりがらスープ コンソメ うすくちしょうゆ こしょう ④つぶマスター ^ド しろワイン こしょう	620 800	25.2 32.5		
12 木	①麦ごはん 	②牛 乳	③じゃがいものそぼろ煮 ④茎わかめのごま酢あえ*	①こめ おおむぎ ③じゃがいも ざらめ でんぶん サラダあぶら ④ごま ごまあぶら さんおんとう	②ぎゅうにゅう ③とりにく だいす あつあげ さつまあげ ④くきわかめ	③にんじん たまねぎ いんげん しょうが こんにゃく ④にんじん コーン えだまめ きゅうり	③うすくちしょうゆ さけ かつおぶし うすくちしょうゆ す	619 749	25.7 30.6		
13 金	①丸カットパン 	②牛 乳	③カレースープ ④照り焼きチキンパティ ⑤チョコプリン	①コッペパン ⑤チョコプリン	②ぎゅうにゅう ③とりにく しろいんげん まめ ④てりやきチキンパティ	③キャベツ にんじん たまねぎ カリフラワー	③とりがらスープ うすくちしょうゆ コンソメ こしょう カレー	668 778	28.4 32.6		

◆◆【献立名の番号について】献立名と、その料理に使用している食品に同じ番号をつけています。◆◆

◆◆「Cafeメニュー」は9日です。◆◆

※Cafeメニューとは:不足しがちな栄養素のカルシウム(Ca)や鉄(Fe)が多くとれるメニューです。

◆◆『*』マークは中学3年生のリクエスト給食です。◆◆

1年の幸福を願う「節分」の行事

2月3日 節分

立春の前日に当たる節分には、古くから、豆まきをしたり、「ヤイカガシ」(ひいらぎの枝にいわしの頭を刺したもの)を玄関に飾ったりして、病気や災難を起こす“鬼(病気や邪気)”を追い払いたい、一年の無事や幸福を願う風習があります。

最近では、「恵方巻き」がスーパー・マーケットやコンビニエンスストアの店頭をにぎわすようになりましたが、もともとは全国的な風習ではなく、江戸時代に大阪の商人が商売繁盛祈願のために行っていた風習が始まりとされています。(※諸説あります)

ふくまめ 福豆

よくかんで
食べよう!

2026年の恵方は「南南東」

大豆をいったもの。
豆まきに使うほか、自分の年齢の数、または年齢の数+1個食べて、1年の幸福を願います。
大豆の代わりに落花生を使う地域もあります。

恵方巻き 太巻きすし。その年の歳神様がいるとされる方角の“恵方”を向き、願い事を思い浮かべながら、無言で丸かじりします。

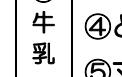
大豆は、体をつくるおもく質を多く含むことから「畑の肉」と呼ばれます。煮豆など料理に使われほか、さまざまな食品に加工され、日本人の食卓に欠かせない食べ物です。

大豆の豆知識



令和8年 2月献立予定表 (B)

薩摩川内市立川内学校給食センター

日曜	こんだて名			おもにエネルギーのもとになる食品	おもに体をつくるもとになる食品	おもに体の調子を整えるもとになる食品	調味料など	えいようか		下線が引いてある食品の主な原材料 【特定原材料8品目(しょうゆ由来の小麦は除く)】																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																
	主食	牛乳	おかず					エネルギー(kcal)	たんぱく質(g)																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																	
16 月	①薩摩川内米 ごはん 	②牛乳	③鶏肉と大根のみそ煮 ④しらす干しと小松菜の煮びたし ⑤さつまいもチップス	①さつませんだいまい おおむぎ ③とりにく ④ごまあぶら ⑤さつまいもチップス	②ぎゅうにゅう ③とりにく ④ごまあぶら ⑤さつまいもチップス	③だいこん にんじん こんにゃく ごぼう いんげん ④こまつな にんじん はくさい もやし	③かつおぶし ごくちしょうゆ みりん ④うすくちしょうゆ みりん	612	23.4	下線(細字)の加工食品は、給食食材の原材料名【食物アレルギー対応用】に掲載しております。																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																
17 火	①メロンパン✿ 	②牛乳	③ミートボールと野菜のスープ煮 ④オムレツ	①メロンパン ③じゃがいも	①たまご ②ぎゅうにゅう ③ミートボール ④オムレツ	③にんじん たまねぎ フロックリー ズッキーニ	③とりがらスープ うすくちしょうゆ こしょう コンソメ	620	23.0	さつまいもチップス さつまいも 砂糖 植物油脂 根菜入りつくね ごぼう にんじん たまねぎ 里芋 れんこん 鶏肉 脂肪 砂糖 大豆たん白 でん粉 にんにく しょうが なたね油 バーム油 しょうゆ ミートボール 鶏肉 脂肉 たまねぎ でん粉 植物性たん白 還元水あめ 大豆油 チキンオイル 香辛料 ドロマイト ピロリン酸鉄 烹成C a オムレツ【卵】 卵 食用油 蛋白粉 でん粉 発酵調味料 加工でん粉 トレハロース 米粉のブルーベリータルト 砂糖 米粉 豆乳 ショートニング ブルーベリー 果汁 植物油 砂糖・ふどう 糖果糖液糖 水あめ コーンフラワー 大豆粉 炭酸C a 水溶性食物せんい キサンタンガム こんにゃく加工品 加工でん粉 ビタミンC 乳化剤 滲張剤 香料 ピロリン酸第二鉄 増粘多糖類 酸味料																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																
18 水	①麦ごはん 	②牛乳	③牛丼 ④切干大根の酢の物 ⑤米粉のブルーベリータルト	①こめ おおむぎ ③さんおんとう ④でんぶん ⑤さらだあぶら ⑥ごまあぶら ⑦こめのブルーベリータルト	②ぎゅうにゅう ③ぎゅうにく ④ぎゅうにく ⑤ぎゅうにく	③にんじん たまねぎ こまつな ふかねぎ えのきだけ しいたけ ④きりほしだいこん にんじん キャベツ きゅうり	③こいくちしょうゆ うすくちしょうゆ さけ みりん ④うすくちしょうゆ す	690	21.6	616	25.2	オムレツ【卵】 卵 食用油 蛋白粉 でん粉 発酵調味料 加工でん粉 トレハロース 米粉のブルーベリータルト 砂糖 米粉 豆乳 ショートニング ブルーベリー 果汁 植物油 砂糖・ふどう 糖果糖液糖 水あめ コーンフラワー 大豆粉 炭酸C a 水溶性食物せんい キサンタンガム こんにゃく加工品 加工でん粉 ビタミンC 乳化剤 滲張剤 香料 ピロリン酸第二鉄 増粘多糖類 酸味料																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																														
19 木	①米粉入りパン 	②牛乳	③クラムチャウダー ④ミートかぼちゃ	①こめこいりパン ③じゃがいも ④クリー(植物性) ⑤とうにゅうマーガリン ⑥でんぶん ⑦なたねあぶら	②ぎゅうにゅう ③とりにく あさり とうにゅう	③にんじん たまねぎ フロックリー マッシュルーム ④ミートかぼちゃ	③こめこホワイトルー とりがらスープ コンソメ こしょう	699	25.3	833	29.7	焼きかまぼこ【小麦】 魚肉 小麦 アミノ酸 ぶどう糖 でんぶん (小麦・馬鈴薯) ミートかぼちゃ【小麦】 かぼちゃ たまねぎ 脂肉 砂糖 しょうゆ 脂肪 植物性たん白 でん粉 パン粉 発酵調味料 小麦グルテン酵素分解物 香辛料 ウスター(大豆・りんご) 小麦粉 植物油脂 テキストリン 加工デンプン アミノ酸 着色料 イタリアンドレッシング 食用植物油脂 醸造酢 砂糖 たまねぎ 発酵調味料 香味食用油 香辛料 酵母エキスパウダー トマト 酸味料 加工でん粉 キサンタンガム りんごゼリー りんご果汁 砂糖 りんごビューレ 水あめ 加工でん粉 増粘多糖類 ビタミンC クエン酸鉄Na メープルジャム ボリキストロース 砂糖 酸味料 カラメル メープルシュガー 塞天 香料																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																														
20 金	①麦ごはん 	②牛乳	③ポークカレー✿ ④イタリアンサラダ ⑤りんごゼリー	①こめ おおむぎ ③じゃがいも ④サラダあぶら ⑤イタリアンドレッシング ⑥りんごゼリー	②ぎゅうにゅう ③ふたにく ④かんてん	③にんじん たまねぎ グリンピース ブルーン ④ピーマン キャベツ きゅうり コーン アスパラガス	③カレールー	657	21.6	787	25.5	24.2	28.7	29.7	33.2	37.7	41.7	45.7	49.7	53.7	57.7	61.7	65.7	69.7	73.7	77.7	81.7	85.7	89.7	93.7	97.7	101.7	105.7	109.7	113.7	117.7	121.7	125.7	129.7	133.7	137.7	141.7	145.7	149.7	153.7	157.7	161.7	165.7	169.7	173.7	177.7	181.7	185.7	189.7	193.7	197.7	201.7	205.7	209.7	213.7	217.7	221.7	225.7	229.7	233.7	237.7	241.7	245.7	249.7	253.7	257.7	261.7	265.7	269.7	273.7	277.7	281.7	285.7	289.7	293.7	297.7	301.7	305.7	309.7	313.7	317.7	321.7	325.7	329.7	333.7	337.7	341.7	345.7	349.7	353.7	357.7	361.7	365.7	369.7	373.7	377.7	381.7	385.7	389.7	393.7	397.7	401.7	405.7	409.7	413.7	417.7	421.7	425.7	429.7	433.7	437.7	441.7	445.7	449.7	453.7	457.7	461.7	465.7	469.7	473.7	477.7	481.7	485.7	489.7	493.7	497.7	501.7	505.7	509.7	513.7	517.7	521.7	525.7	529.7	533.7	537.7	541.7	545.7	549.7	553.7	557.7	561.7	565.7	569.7	573.7	577.7	581.7	585.7	589.7	593.7	597.7	601.7	605.7	609.7	613.7	617.7	621.7	625.7	629.7	633.7	637.7	641.7	645.7	649.7	653.7	657.7	661.7	665.7	669.7	673.7	677.7	681.7	685.7	689.7	693.7	697.7	701.7	705.7	709.7	713.7	717.7	721.7	725.7	729.7	733.7	737.7	741.7	745.7	749.7	753.7	757.7	761.7	765.7	769.7	773.7	777.7	781.7	785.7	789.7	793.7	797.7	801.7	805.7	809.7	813.7	817.7	821.7	825.7	829.7	833.7	837.7	841.7	845.7	849.7	853.7	857.7	861.7	865.7	869.7	873.7	877.7	881.7	885.7	889.7	893.7	897.7	901.7	905.7	909.7	913.7	917.7	921.7	925.7	929.7	933.7	937.7	941.7	945.7	949.7	953.7	957.7	961.7	965.7	969.7	973.7	977.7	981.7	985.7	989.7	993.7	997.7	1001.7	1005.7	1009.7	1013.7	1017.7	1021.7	1025.7	1029.7	1033.7	1037.7	1041.7	1045.7	1049.7	1053.7	1057.7	1061.7	1065.7	1069.7	1073.7	1077.7	1081.7	1085.7	1089.7	1093.7	1097.7	1101.7	1105.7	1109.7	1113.7	1117.7	1121.7	1125.7	1129.7	1133.7	1137.7	1141.7	1145.7	1149.7	1153.7	1157.7	1161.7	1165.7	1169.7	1173.7	1177.7	1181.7	1185.7	1189.7	1193.7	1197.7	1201.7	1205.7	1209.7	1213.7	1217.7	1221.7	1225.7	1229.7	1233.7	1237.7	1241.7	1245.7	1249.7	1253.7	1257.7	1261.7	1265.7	1269.7	1273.7	1277.7	1281.7	1285.7	1289.7	1293.7	1297.7	1301.7	1305.7	1309.7	1313.7	1317.7	1321.7	1325.7	1329.7	1333.7	1337.7	1341.7	1345.7	1349.7	1353.7	1357.7	1361.7	1365.7	1369.7	1373.7	1377.7	1381.7	1385.7	1389.7	1393.7	1397.7	1401.7	1405.7	1409.7	1413.7	1417.7	1421.7	1425.7	1429.7	1433.7	1437.7	1441.7	1445.7	1449.7	1453.7	1457.7	1461.7	1465.7	1469.7	1473.7	1477.7	1481.7	1485.7	1489.7	1493.7	1497.7	1501.7	1505.7	1509.7	1513.7	1517.7	1521.7	1525.7	1529.7	1533.7	1537.7	1541.7	1545.7	1549.7	1553.7	1557.7	1561.7	1565.7	1569.7	1573.7	1577.7	1581.7	1585.7	1589.7	1593.7	1597.7	1601.7	1605.7	1609.7	1613.7	1617.7	1621.7	1625.7	1629.7	1633.7	1637.7	1641.7	1645.7	1649.7	1653.7	1657.7	1661.7	1665.7	1669.7	1673.7	1677.7	1681.7	1685.7	1689.7	1693.7	1697.7	1701.7	1705.7	1709.7	1713.7	1717.7	1721.7	1725.7	1729.7	1733.7	1737.7	1741.7	1745.7	1749.7	1753.7	1757.7	1761.7	1765.7	1769.7	1773.7	1777.7	1781.7	1785.7	1789.7	1793.7	1797.7	1801.7	1805.7	1809.7	1813.7	1817.7	1821.7	1825.7	1829.7	1833.7	1837.7	1841.7	1845.7	1849.7	1853.7	1857.7	1861.7	1865.7	1869.7	1873.7	1877.7	1881.7	1885.7	1889.7	1893.7	1897.7	1901.7	1905.7	1909.7	1913.7	1917.7	1921.7	1925.7	1929.7	1933.7	1937.7	1941.7	1945.7	1949.7	1953.7	1957.7	1961.7	1965.7	1969.7	1973.7	1977.7	1981.7	1985.7	1989.7	1993.7	1997.7	2001.7	2005.7	2009.7	2013.7	2017.7	2021.7	2025.7	2029.7	2033.7	2037.7	2041.7	2045.7	2049.7	2053.7	2057.7	2061.7	2065.7	2069.7	2073.7	2077.7	2081.7	2085.7	2089.7	2093.7	2097.7	2101.7	2105.7	2109.7	2113.7	2117.7	2121.7	2125.7	2129.7	2133.7	2137.7	2141.7	2145.7	2149.7	2153.7	2157.7	2161.7	2165.7	2169.7	2173.7	2177.7	2181.7	2185.7	2189.7	2193.7	2197.7	2201.7	2205.7	2209.7	2213.7	2217.7	2221.7	2225.7	2229.7	2233.7	2237.7	2241.7	2245.7	2249.7	2253.7	2257.7	2261.7	2265.7	2269.7	2273.7	2277.7	2281.7	2285.7	2289.7	2293.7	2297.7	2301.7	2305.7	2309.7	2313.7	2317.7	2321.7	2325.7	2329.7	2333.7	2337.7	2341.7	2345.7	2349.7	2353.7	2357.7	2361.7	2365.7	2369.7	2373.7	2377.7	2381.7	2385.7	2389.7	2393.7	2397.7	2401.7	2405.7	2409.7	2413.7	2417.7	2421.7	2425.7	2429.7	2433.7	2437.7	2441.7	2445.7	2449.7	2453.7	2457.7	2461.7	2465.7	2469.7	2473.7	2477.7	2481.7	2485.7	2489.7	2493.7	2497.7	2501.7	2505.7	2509.7	2513.7	2517.7	2521.7	2525.7	2529.7	2533.7	2537.7	2541.7	2545.7	2549.7	2553.7	2557.7	2561.7	2565.7	2569.7	2573.7	2577.7	2581.7	2585.7	2589.7	2593.7	2597.7	2601.7	2605.7	2609.7	2613.7	2617.7	2621.7	2625.7	2629.7	2633.7	2637.7	2641.7	2645.7	2649.7	2653.7	2657.7	2661.7	2665.7	2669.7	2673.7	2677.7	2681.7	2685.7	2689.7	2693.7	2697.7	2701.7	2705.7	2709.7	2713.7	2717.7	2721.7	2725.7	2729.7	2733.7	2737.7	2741.7	2745.7	2749.7	2753.7	2757.7	2761.7	2765.7	2769.7	2773.7	2777.7	2781.7	2785.7	2789.7	2793.7	2797.7	2801.7	2805.7	2809.7	2813.7	2817.7	2821.7	2825.7	2829.7	2833.7	2837.7	2841.7	2845.7	2849.7	2853.7	2857.7	2861.7	2865.7	2869.7	2873.7	2877.7	2881.7	2885.7	2889.7	2893.7	2897.7	2901.7	2905.7	2909.7	2913.7	2917.7	2921.7	2925.7	2929.7	2933.7	2937.7	2941.7	2945.7	2949.7	2953.7	2957.7	2961.7	2965.7	2969.7	2973.7	2977.7	2981.7	2985.7	2989.7	2993.7	2997.7	3001.7	3005.7	3009.7	3013.7	3017.7	3021.7	3025.7	3029.7	3033.7	3037.7	3041.7	3045.7	3049.7	3053.7	3057.7	3061.7	3065.7	3069.7	3073.7	3077.7	3081.7	3085.7	3089.7	3093.7	3097.7	3101.7	3105.7	3109.7	3113.7	3117.7	3121.7	3125.7	3129.7	3133.7	3137.7	3141.7	3145.7	3149.7	3153.7	3157.7	3161.7	3165.7	3169.7	3173.7	3177.7	3181.7	3185.7	3189.7	3193.7	3197.7	3201.7	3205.7	3209.7	3213.7	3217.7	3221.7	3225.7	3229.7	3233.7	3237.7	3241.7	3245.7	3249.7	3253.7	3257.7	3261.7	3265.7	3269.7	3273.7	3277.7	3281.7	3285.7	3289.7	3293.7	3297.7	3301.7	3305.7	3309.7	3313.7	3317.7	3321.7	3325.7	3329.7	3333.7	3337.7	3341.7	3345.7	3349.7	3353.7	3357.7	3361.7	3365.7	3369.7	3373.7	3377.7	3381.7	3385.7	3389.7	3393.7	3397.7	3401.7	3405.7	3409.7	3413.7	3417.7	3421.7	3425.7	3429.7	3433.7	3437.7	3441.7	3445.7	3449.7	3453.7	3457.7	3461.7	3465.7	3469.7

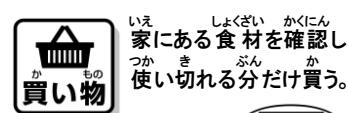
◆◆【献立名の番号について】献立名と、その料理に使用している食品に同じ番号をつけています。◆◆

◆◆『✿』マークは中学校3年生のリクトスト 給食です ◆◆

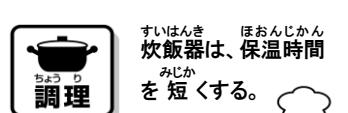
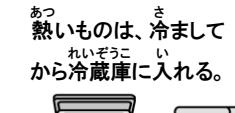
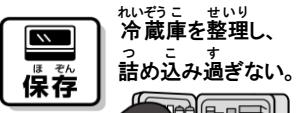
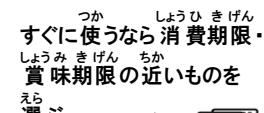
◆◆『』、『』は平成3年冬のリクエスト給食です
◆◆【まつまき甘味だい食事の日】は16日です◆◆



まいとし がつ くに さだ しょう げっかん わたし せいかつ でんき さき
毎年2月は、国が定める「省エネルギー月間」です。私たちの生活は、電気やガス、ガソリンなどのエネルギーによって支えられ
ています。一方で、エネルギーを作る際に発生する二酸化炭素は、地球温暖化の原因の一つと考えられており、エネルギーを効率よく
使う「省エネルギー（省エネ）」を進めることは、地球温暖化の防止や環境を守ることにつながります。まずは身近な食生活から、
省エネを心がけてみませんか？



しゅん ちいき
旬 のもの、地域で
えら
とれたものを選ぶ。



こんさいるい した
根菜類の下ごしらえに
でんし りょう
電子レンジを利用する

