



れいわねん

がつこんだてよていひょう

令和8年

2月献立予定表

薩川内市立入来学校給食センター

【問い合わせ】TEL 44-4113



日 (曜)	こんだてめい		おもにエネルギーの もとになる食品	からだ おもに体をつくる もとになる食品	からだ 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 栄養価 エネルギー (kcal)	かうしょくひん 加工食品の げんざいりようとう 原材料等	
2 (月)	① むぎ 麦ごはん	② 牛 乳	③ ポークカレー ④ ヘルシーサラダ ⑤ ヨーグルト	①こめ むぎ ③じやがいも ④サラダあぶら ④いりごま さとう ごまあぶら	②ぎゅうにゅう ③ひよこまめ スキムミルク ぶたにく いんげんペースト ④レッドキドニー ひじき ⑤ヨーグルト	③にんじん たまねぎ えだまめ にんにくりんご ④サラダこんにゃく にんじん だいこん コーン キャベツ プロッコリー	③カレールウ カレーこ ソース ワイン こしょう ④しようゆ しお す こしょう ブチドリップ	669 853	24.8 29.8
3 (火)	① こめこ い 米粉入りパン	② 牛 乳	③ 煮こみうどん ④ ウインナーと野菜の炒め物 ⑤ 節分豆	①こめこいりパン ③うどん サラダあぶら ④はるさめ いりごま ノンエッグマヨネーズ サラダあぶら	②ぎゅうにゅう ③ぶたにく わかめ さつまあげ ④ウインナー だいす ⑤せつぶんまめ	③にんじん たまねぎ こまつな はねぎ しいたけ こだいすも やし にんにく ④にんじん キャベツ コーン	③しようゆ さけ みりん こしょう てんねんだし ④しようゆ しお コンソメ こしょう	628 772	26.5 31.4
4 (水)	① さつま せんたい 薩摩川内米 ごはん	② 牛 乳	③ 真だくさんみそ汁 ④ チキン丼巻	①さつませんだいまい カルシウムまい ③さつまいも ④さとう でんぶん キヤノーラあぶら ノンエッグマヨネーズ	②ぎゅうにゅう ③だいす とうふ わかめ むぎみそ ④とりにく	③にんじん だいこん はくさい えのきたけ こまつな こだいすも やし ④にんじん たまねぎ えだまめ にんにく レモンジる	③にぼし あわせだし ④しようゆ みりん しお こしょう りんごす	626 780	25.6 30.5
5 (木)	① コッペパン	② 牛 乳	③ ペンネと肉団子のケチャップ煮 ④ フルーツのミルクあえ ⑤ マーシャルジャム	①コッペパン ③ペニネマカロニ じやがいも こめこ さとう サラダあぶら ⑤マーシャルジャム	②ぎゅうにゅう ③ミートボール うずらたまご ひよこまめ きんときまめ ④スキムミルク	③にんじん たまねぎ キャベツ えだまめ しめじ ④パイイン もも りんご ナタデココ	③ケチャップ コンソメ ワイン がらスープ	666 802	26.0 31.0
6 (金)	① さつま せんたい 薩摩川内米 ごはん	② 牛 乳	③ 豚肉と大豆の甘辛煮 ④ たかなとひじきの炒め物	①さつませんだいまい 豚肉 だいす あまからに ③じやがいも くろざとう サラダあぶら ④ピーナツ すりごま さとう ごまあぶら	②ぎゅうにゅう ③ぶたにく あつあげ たちうおつみれ だいす ④しらすほし ひじき	③こんにゃく にんじん だいこん ごぼう いんげん しようが にんにく ④たかなづけ コーン にんじん えだまめ	③しようゆ みりん しょうちゅう あわせだし ④しようゆ みりん	628 781	27.7 32.7
9 (月)	① ふじもとも 藤本米ごはん	② 牛 乳	③ おでん ④ 豚みそ ⑤ おむすびのり	①ふじもとも ③じやがいも ざらめ ④アーモンド くろざとう ごまあぶら	②ぎゅうにゅう ③あらびきつくなくわ さつまあげ がんもどき むすびこんぶ ④ぶたにく だいす むぎみそ ちやうけみそ ⑤おむすびのり	③こんにゃく にんじん だいこん いんげん ④にんじん ふかねぎ ごぼう しようが はだいこん	③しようゆ みりん てんねんだし ④さけ みりん	637 788	27.7 32.7
10 (火)	① こくとう 黒糖パン	② 牛 乳	③ 鶏ときのこのクリームパスタ ④ アップルドレッシングサラダ	①こくとうパン ③スペゲッティ マーガリン サラダあぶら ④さとう サラダあぶら	②ぎゅうにゅう ③とりにく ぎゅうにゅう ベーコン なまグリーム シュレッドチーズ	③にんじん えのきたけ たまねぎ こまつな しめじ マッシュルーム にんにく ④りんご にんじん はくさい ブロッコリー だいこん カリフラワー	③ホワイトウ コンソメ こしょう ワイン がらスープ ④しお こしょう す ブチドリップ	620 773	26.5 32.0
12 (木)	① バターパン	② 牛 乳	③ 高野豆腐の卵とじ ④ 白玉ぜんざい	①バターパン ③さとう サラダあぶら ④しらたまもち ざらめ でんぶん	②ぎゅうにゅう ③ぶたにく さつまあげ たまご こうやどうふ ④あずき	③にんじん たまねぎ キャベツ もやし グリンピース きくらげ にんにく	③しようゆ みりん しお さけ こしょう あわせだし ④しお	611 770	29.7 36.2
13 (金)	① ごはん	② 牛 乳	③ 麻婆だいこん ④ 小籠包 カレ1こ、#2こ ⑤ そえやさいサラダ	①こめ ③さとう でんぶん サラダあぶら ⑤はるさめ さとう にんじんレッディング	②ぎゅうにゅう ③あつあげ こうやどうふ ぶたにく とろくに だいす むぎみそ あかみそ ④しようろんぼう ⑤わかめ	③にんじん たまねぎ だいこん たけのこ グリンピース きくらげ にんにく しょうが ⑤にんじん キャベツ コーン もやし	③ちゅうかあじ トウバンジャン さけ ⑤ブチドリップ	646 855	25.3 32.0
16 (月)	① カルシウムまいり ごはん	② 牛 乳	③ 根菜の五目うま煮 ④ 鰹腹皮の揚げがらめ	①こめ カルシウムまい ③じやがいも さといも ざらめ サラダあぶら ④りごま でんぶん さとう キヤノーラあぶら ノンエッグマヨネーズ	②ぎゅうにゅう ③とりにく がんもどき やさいこんぶ ④かつかはらがわ	③こんにゃく ごぼう にんじん だいこん れんこん いんげん ④にんじん たまねぎ えだまめ しょうが	③しようゆ さけ みりん あわせだし ④ケチャップ	633 791	30.7 36.5
17 (火)	① 食パン	② 牛 乳	③ コロコロ麦スープ ④ ミートサンドの具 ⑤ ミルメーカーコーヒー	①しょくパン ③シェルマカロニ むぎ ジやがいも ④パンこ さとう サラダあぶら	②ぎゅうにゅう ③たちうおつみれ どうふ やさいこんぶ ④ぶたにく とりにく だいす こなチーズ ⑤ミルメーカーコーヒー	③にんじん だいこん はくさい えだまめ コーン ④にんじん たまねぎ ビーマン にんにく はだいこん	③しようゆ コンソメ こしょう とりがらスープ ④ソース こしょう ケチャップ ワイン	632 774	28.5 34.2
18 (水)	① ふじもとも 藤本米ごはん	② 牛 乳	③ さつま汁 ④ いわしの梅煮 ⑤ ごまいため	①ふじもとも ③さつまいも サラダあぶら ⑤はるさめ いりごま さとう ごまあぶら	②ぎゅうにゅう ③あつあげ むぎみそ とりにく おからパウダー ④いわしのうめに ⑤だいす	③こんにゃく にんじん だいこん ごぼう はねぎ しょうが ⑤にんじん キャベツ こまつな もやし	③にぼし さけ あわせだし ⑤しようゆ	611 767	25.0 30.4
19 (木)	① ミルクパン	② 牛 乳	③ 揚げ麺の野菜あんかけ ④ フルーツポンチ	①ミルクパン ③あげチャーメン でんぶん ごまあぶら サラダあぶら	②ぎゅうにゅう ③ぶたにく さつまあげ むきあさり	③にんじん たまねぎ はくさい たけのこ きくらげ こまつな しょうが にんにく ④りんご パイン ナタデココ もも ファイバーゼリー	③しようゆ みりん さけ こしょう ちゅうかあじ	614 789	24.3 30.5
20 (金)	① 薩摩川内米 ごはん	② 牛 乳	③ のっつい汁 ④ そぼろ丼の具 ⑤ ふわっといちご	①さつませんだいまい ③さといも でんぶん ④いりごま さとう サラダあぶら ⑤ふわっといちご	②ぎゅうにゅう ③ちゅうかふうつくね とうふ ④ぶたにく とりにく たまご	③こんにゃく にんじん だいこん はねぎ ごぼう しいたけ ④たまねぎ えだまめ にんじん しょうが にんにく	③しようゆ さけ てんねんだし ④しようゆ しお さけ みりん	668 815	25.9 30.8
24 (火)	① サンドパン	② 牛 乳	③ ポタージュスープ ④ セルフハンバーガー ^(ハンバーグ、やさい、ケチャップ) ⑤ スライスチーズ	①コッペパン ③じやがいも こめこ サラダあぶら	②ぎゅうにゅう ③ウインナー ぎゅうにゅう いんげんペースト ④ハンバーグ ⑤スライスチーズ	③にんじん たまねぎ だいこん チンゲンサイ しめじ コーン ④にんじん キャベツ	③ポタージュのもと コンソメ ワイン しめじ とりがらスープ ④ケチャップ	627 767	28.7 32.8
25 (水)	① ふじもとも 藤本米ごはん	② 牛 乳	③ 親子丼の具 ④ 揚ごぼうのピーナツあえ ⑤ 国産もものゼリー	①ふじもとも ③でんぶん サラダあぶら ④ピーナツ こむぎこ さとう キヤノーラあぶら ⑤国産もものゼリー	②ぎゅうにゅう ③とりにく かまぼこ たまご しらすほし	③にんじん たまねぎ ほうれんそう しいたけ えのきたけ ④ごぼう にんじん ⑤国産もものゼリー	③しようゆ しお さけ みりん てんねんだし ④しようゆ みりん ブチドリップ	658 815	28.4 33.5
26 (木)	① コッペパン	② 牛 乳	③ 担担麺 ④ ひじきいりごまマヨサラダ ⑤ キャラメルクリーム	①コッペパン ③スペゲッティ いりごま ごまあぶら ④いりごま さとう ノンエッグマヨネーズ ⑤キャラメルクリーム	②ぎゅうにゅう ③ぶたにく だいす あかみそ ④ひじき	③にんじん チンゲンサイ ふかねぎ たけのこ きくらげ こだいすも やし しょうが にんにく ④にんじん ブロッコリー だいこん キャベツ コーン	③しようゆ さけ こしょう トウバンジャン とんどうスープ ④しようゆ ブチドリップ	624 768	25.1 30.5
27 (金)	① ふじもとも 藤本米ごはん	② 牛 乳	③ いもいも 芋芋すき煮 ④ スタミナ納豆	①ふじもとも ③さといも マロニー さとう じやがいも サラダあぶら ④いりごま さとう ごまあぶら	②ぎゅうにゅう ③ぎゅうにく あつあげ ④ひじきわりなつどう ぶたにく だいす むぎみそ	③いとこんに やく えのきたけ にんじん はくさい しょうが ふかねぎ ほうれんそう ④はだいこん しょうが にんにく	③しようゆ みりん さけ あわせだし ④しようゆ みりん トウバンジャン	640 796	28.2 33.5

《食育の日》
毎月、19日前後に、
日本の伝統食である
和食献立を計画します。

いわしの梅煮

いわし 砂糖 しょうゆ
しそ抽出液 本みりん
でん粉 梅肉 食塩

ファイバーゼリー

果糖ぶどう糖液糖
食物繊維 りんご果汁
にんじん オレンジ果汁
かぼちゃ デキストリン

中華風つくね

鶏肉 豚脂 にら でん粉
たまねぎ パン粉 砂糖植物油脂 しょうゆ 食塩
オイスターソース 香辛料
にんにく 増粘剤 調味料

ふわっといちご いちご

豆乳加工食品 もち粉
砂糖 麦芽糖 コーンスター食物繊維 でん粉 水飴
ぶどう糖果糖液糖 乳化剤
こんにゃく粉加工品 食塩ストロベリー 果汁加工品
増粘剤 色料 ビタミンC
香料 酸化防止剤 酸味料

ハンバーグ

鶏肉 たまねぎ にんにく
豚肉 粒状植物性たん白
砂糖 ぶどう糖 酵母エキス食塩 トマトペースト 香辛料
しゅうよう シュガーベル国産ものゼリー 果糖
もも還元果汁 ビタミンC
ももピューレ 砂糖 香料

増粘多糖類 酸味料

入来学校給食
センターHP