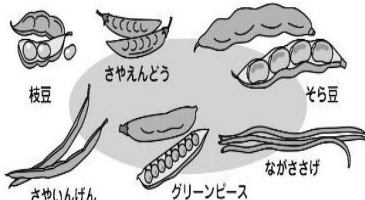


天候等の都合により、献立・食材を変更する場合があります。

2(月)	3(火)	4(水)	5(木)	6(金)
<p>こ ん だ て</p> <p>ヨーグルト 牛乳 ごはんにミート、キャベツ、チーズをのせてたべよう</p> <p>タコライス★ (麦ごはん)</p> <p>ABCスープ</p>	<p>節分豆 牛乳 もやしのごま和え</p> <p>かやくごはん</p> <p>魚の塩焼き</p>	<p>ごま菓子 (マシュマロ入り) 牛乳</p> <p>春雨の中華和え</p> <p>麦ごはん</p> <p>ジャチャンドウフ 家常豆腐</p>	<p>野菜ソテー 牛乳</p> <p>ココアあげパン★</p> <p>ポークビーンズ</p>	<p>欠食：瀬喜田小1～5 年欠食</p> <p>牛乳</p> <p>ポテトサラダ</p> <p>ボンゴレスパゲッティ</p> <p>チーズいり かぼちゃケーキ</p>
9(月) 欠食：東江小6年	10(火) 欠食：東江小6年	11(水)	12(木)	13(金)
<p>こ ん だ て</p> <p>ゆでたまご 牛乳</p> <p>ポークカレー★ (麦ごはん)</p> <p>フルーツポンチ★</p>	<p>島ミカン 牛乳 ひじきの炒り煮</p> <p>アサの炊き込みごはん</p> <p>ハンバーグ</p>	<p>建国記念の日</p> <p>今月は中学3年生応援献立としてリクエストを募集しました！(★マークがついている献立です！) よく食べて免疫力を高めましょう！</p>	<p>いちごジャム 牛乳 パイパイサラダ</p> <p>豆腐のトマトチーズ焼き</p> <p>コッパパン</p> <p>ポトフ</p>	<p>ミンチカツ</p> <p>鶏ときのこのオイスターそば</p> <p>ココナッツミルクもち★</p>
16(月)	17(火) 東江小6年ふれあい給食	18(水)	19(木)	20(金)
<p>こ ん だ て</p> <p>にんにく菜イリチー 牛乳</p> <p>小魚のからあげ</p> <p>小豆ごはん</p> <p>イナムドゥチ 【トクシヌル・旧正月】★</p>	<p>パイ 牛乳</p> <p>魚のシクワサー焼き</p> <p>炊き込みご飯</p> <p>磯香あえ</p>	<p>★納豆和え 牛乳</p> <p>魚の塩焼き</p> <p>麦ごはん</p> <p>アサと大根のすまし汁</p>	<p>白菜ソテー 牛乳</p> <p>洋風卵焼き</p> <p>きのこのシチュー</p> <p>コッパパン</p>	<p>ポテトのオープン焼き 牛乳</p> <p>ナポリタン</p> <p>ビーンズサラダ</p>
23(月)	24(火)	25(水) 欠食：東江幼(弁当会)	26(木)	27(金)
<p>こ ん だ て</p> <p>天皇誕生日</p> <p>今月のうちなー行事食</p> <p>16・17日 トクシヌル・旧正月 旧暦の大海日。豚を仕入れて、お祝い料理の準備をした。旧暦の正月。港のある地域は、現在も旧暦に正月を行う。</p> <p>24日 ナンカヌスク 旧暦の七草。ジュースを仏前等に供え、無病息災を願う。</p> <p>25日 十三祝い 生まれて初めての干支のお祝い。小学5年生がこの歳となる。</p>	<p>島ミカン 牛乳</p> <p>じゃがいもタシヤー</p> <p>菜ジュージー</p> <p>卵焼き(レッドキドニー)</p> <p>【ナンカヌスク】</p>	<p>小6・中3はシクワサーソルベ★ その他はシクワサーゼー</p> <p>クープイリチー 牛乳</p> <p>うじら豆腐</p> <p>中身汁</p> <p>【十三祝い】</p>	<p>ブロッコリーソテー(じゃがいも) 牛乳</p> <p>鶏肉のトマトチーズ焼き</p> <p>コッパパン</p> <p>クラムチャウダー</p>	<p>チーズケーキ 牛乳</p> <p>パペロンチーノ スパゲッティ</p> <p>ひじきサラダ</p>

野菜として食べる豆



節分にちなんで  
いろいろな豆を紹介します

大豆

一般的な黄色い大豆(黄大豆)のほか  
に黒や青、大きさも大中小とありま  
す。豆腐や納豆などに加工するほか、  
みそ、しょうゆ、油などの原料にもな  
ります。お正月の「黒豆」も大豆です。

いんげん豆

「金時豆」「手亡豆」「うずら豆」「虎豆」  
など種類が多く、色や形もさまざまです。  
粒が大きく、ふっくらとした「白花豆」や  
「紫花豆」は「ペニナインゲン」という  
種類で、いんげん豆の仲間です。

ささげ・あずき

あずきはささげの仲間です。お赤飯  
の材料にするほか、甘納豆にしたり、  
砂糖と煮て「あん」に加工したりしま  
す。ちなみに、春雨やもやしの原料になる  
「緑豆」も同じ仲間です。

えんどう

青赤白などの種類があり、日本では青  
えんどうがよく作られています。みつ豆  
に入っているのは赤えんどうです。グリー  
ンピースは熟す前に収穫したもので、多  
くは缶詰や冷凍品に加工されます。

ブルーシールさんから  
卒業するみなさんへシクワサー  
ソルベをいただきました

今年もブルーシールさんから小学6年生と中  
学3年生にシクワサーソルベの無償提供が  
行われます。今年は、2/25(水)に登場！小6・  
中3以外のみなさんは沖縄県産のシクワ  
サーゼリーです。みんなで一緒に感謝の気持ち  
を込めていただきます。そして、今年度の  
給食も残りわずか。思い出に残る楽しい給食時  
間になりますように☆

# 令和8年2月 詳細献立表

TEL 53-2543

★お知らせ★ 台風等の天候や材料の都合により、献立を変更することがあります。その時は、学校からの献立変更のお知らせをご確認ください。

日 曜 日	献立名	3つのグル(赤) (緑) (黄) の働きと使用食材名			調味料・だしなど
		(赤) おもに血・肉・骨となる 1・2群(たんぱく質・無機質)	(緑) おもに体の調子を整える 3・4群(ビタミン・無機質)	(黄) おもに力や熱となる 5・6群(炭水化物・脂質)	
2 月	麦ごはん			麦,米	
	タコライス	豚肉,鶏肉,大豆ミート,豚レバー,大豆,チーズ(乳):チーズは別配缶	玉ねぎ,人参,にんにく,トマト,キャベツ	三温糖,サラダ油	料理酒,塩,トマトケチャップ,デミグラスソース,とんかつソース(りんご),ナツメグ,チリパウダー
	ABCスープ	鶏肉	玉ねぎ,人参,キャベツ,トマト,にんにく,パセリ	マカロニ(小麦),じゃがいも	デミグラスソース,薄口醤油,塩,こしょう,豚だし骨,ウーヅパウダー
3 火	ヨーグルト	ヨーグルト(乳)			
	かやくごはん	鶏肉,白かまぼこ,ひじき	こんにゃく,人参,しいたけ,しょうが	米,麦,サラダ油	塩,醤油,みりん,風,料理酒,鰹節
	魚の塩焼き	バス	しょうが		塩,料理酒
4 水	もやしのごま和え		もやし,人参,きゅうり,小松菜	白ごま,三温糖,ごま油	塩,醤油
	節分豆	節分豆(大豆)			
	麦ごはん			麦,米	
5 木	家常豆腐	豚肉,豆腐	きくらげ,人参,玉ねぎ,チンゲンサイ,しいたけ,たけのこ,しょうが,にんにく	サラダ油,片栗粉,ごま油	醤油,オイスターソース(大豆),塩,こしょう,ポークブイオン(鶏・豚)
	春雨の中華和え	紅こうじハム(大豆・豚肉)	もやし,きゅうり,人参,にんにく	春雨,ごま油,三温糖,白ごま	醤油
	ごま菓子(マシュマロ入り)		レーズン	黒ごま,粒アーモンド,コーンフレーク,マシュマロ,マーガリン	ココア
6 金	揚げパン(ココア)	きな粉(大豆)		コッペパン(乳・小麦・大豆),油,三温糖,黒糖	ココア
	ポークビーンズ	大豆,豚肉,豚レバー	玉ねぎ,人参,あおまめ,トマト,にんにく	じゃがいも,三温糖,サラダ油	赤ワイン,トマトケチャップ,塩,こしょう,オレガノ,豚だし骨,ウーヅパウダー
	野菜ソテー	鶏肉	いんげん,ブロッコリー,キャベツ,人参	サラダ油	塩,こしょう,醤油,オイスターソース(大豆)
9 月	ボンゴレスパゲッティ	あさり,いか,無添加ベーコン(豚肉)	人参,玉ねぎ,ピーマン,マッシュルーム,キャベツ,にんにく	スパゲティ(小麦),サラダ油	塩,料理酒,薄口醤油,こしょう,ポークブイオン(鶏・豚),野菜ブイオン
	ポテトサラダ		きゅうり,玉ねぎ,人参,コーン,ピクルス	マカロニ(小麦),じゃがいも,ノンエッグマヨネーズ,三温糖,ごま	塩,こしょう,特濃酢
	チーズ入り南瓜ケーキ	卵,チーズパウダー(乳)	かぼちゃ	小麦粉,ケーキミックス(小麦),アーモンド,三温糖,マーガリン	ベーキングパウダー
10 火	麦ごはん			麦,米	
	ポークカレー	豚肉,豚レバー,大豆,白大豆	にんにく,しょうが,玉ねぎ,人参,ピーマン,しめじ,りんご	サラダ油,じゃがいも,小麦粉,マーガリン	カレー粉,ウーヅパウダー,ウスターソース,カレー粉,塩,豚だし骨,料理酒
	ゆで卵	卵			
12 木	フルーツポンチ		バナナ,もも缶(もも),甘夏みかん缶,パイン缶,アロエ,シークワーサー果汁,レモン,カクテルゼリー(大豆・もも・りんご)	グラニュー糖	
	アーサの炊き込みごはん	鶏肉,アーサ	人参,ねぎ,椎茸,しょうが	米,麦,サラダ油	塩,醤油,みりん,風,料理酒,鰹節
	ごぼうハンバーグ	ハンバーグ(小麦・ごま・大豆・鶏)			
13 金	ひじきの炒り煮	ひじき,ちくわ,大豆,油揚げ	もやし,人参,こんにゃく,いんげん	サラダ油,三温糖,白ごま	醤油,みりん,風,料理酒,かつおだし汁
	島ミカン		島みかん		
	コッペパン			コッペパン(乳・小麦・大豆)	
16 月	ポトフ	ミートボール(大豆・鶏・豚)	人参,島ニンジン,玉ねぎ,白菜,大根,小松菜,パセリ	じゃがいも	塩,こしょう,白ワイン,鶏だし骨
	豆腐のトマトチーズやき	豆腐,チーズ(乳)	玉ねぎ	三温糖	トマトソース(大豆),ウスターソース,バジル
	パパイヤサラダ	かにかま	パパイヤ,人参,きゅうり,コーン	三温糖,白ごま	薄口醤油,塩,特濃酢
17 火	いちごミックスジャム			いちごミックスジャム(りんご)	
	鶏ときのこのオイスターそば	鶏肉	えのきたけ,きくらげ,しめじ,椎茸,人参,玉ねぎ,小松菜,にんにく	沖縄そば(小麦・大豆),サラダ油	料理酒,オイスターソース(大豆),醤油,みりん,風,塩,チキンブイオン(鶏)
	枝豆と豆腐のミンチカツ	枝豆と豆腐のミンチカツ(小麦・大豆・鶏)		揚げ油	
18 水	ココナッツミルクもち	調製豆乳(大豆)	みかん缶,もも缶(もも),ココナッツミルク	カラフルだんご,グラニュー糖,片栗粉	塩
	小豆ごはん	小豆		米	
	イナムドウチ	豚肉,カステラかまぼこ,厚揚げ,甘口しろみそ	椎茸,こんにゃく	白ねり胡麻	豚だし骨,鰹節,料理酒
19 木	小魚の唐揚げ	スプラット		小麦粉,片栗粉,揚げ油	塩,こしょう
	にんにく葉イリチー	チキアギ,油揚げ	こんにゃく,人参,にんにく,葉,小松菜	サラダ油,白ごま	塩,醤油,みりん,風
	炊き込みご飯	鶏肉	こんにゃく,人参,椎茸,葉ねぎ,しょうが	米,麦,サラダ油	塩,醤油,みりん,風,料理酒,かつおだし汁,豚だし汁
20 金	魚のシークワーサー焼き	バス	シークワーサー果汁	三温糖	塩,こしょう,醤油,料理酒,みりん,風
	磯香和え	のり,糸けずり	小松菜,キャベツ,人参,きゅうり,もやし	白ごま	醤油,めんつゆ(小麦・大豆)
	パインスライス		パイン缶		
21 土	麦ごはん			麦,米	
	アーサと大根のすまし汁	アーサ,豆腐	大根,えのきたけ		料理酒,薄口醤油,塩,鰹節
	魚の塩焼き	バス	しょうが	白ごま	塩,料理酒
22 日	納豆和え	納豆(小麦・大豆)	白菜,もやし,人参	三温糖,白ごま	醤油
	コッペパン			コッペパン(乳・小麦・大豆)	
	きのこのシチュー	鶏肉,牛乳,白大豆	玉ねぎ,人参,しめじ,グリーンピース,コーン	じゃがいも,サラダ油,小麦粉,マーガリン	塩,こしょう,鶏だし骨
23 月	洋風卵焼き	卵	野菜ミックス,豆苗	サラダ油,さつまいも	塩,こしょう,料理酒
	白菜ソテー	無添加ベーコン(豚肉),油揚げ	白菜,人参,いんげん,にんにく	サラダ油	塩,こしょう
	スパゲッティナポリタン	鶏肉,ウインナー(大豆・鶏肉・豚肉・乳)	人参,玉ねぎ,小松菜,マッシュルーム,にんにく,トマト	スパゲティ(小麦),三温糖,オリーブ油,サラダ油	塩,トマトケチャップ,オレガノ,バジル
24 火	ポテトのオープン焼き		野菜ミックス,コーン	じゃがいも	塩,こしょう,ミートソース(小麦・豚・大豆)
	ビーンズサラダ	かにかま,ミックスビーンズ	キャベツ,きゅうり,人参	ノンエッグマヨネーズ,三温糖	フレンチドレッシング,塩,醤油
	菜ジュース	アーサ,ツナ,麦みそ	大根,人参,椎茸,小松菜	米,麦	塩,鰹節
25 水	卵焼き(レッドキドニー)	卵,レッドキドニー	かぼちゃ,えだまめ	麩(小麦・大豆),さつまいも	塩,こしょう
	じゃがいもタシヤー	無添加ベーコン(豚肉)	玉ねぎ,人参,いんげん,にんにく	じゃがいも,サラダ油	塩,こしょう
	島ミカン		島みかん		
26 木	小豆ごはん	小豆		米	
	中身汁	豚肉,豚中身	こんにゃく,椎茸,しょうが		料理酒,醤油,塩,鰹節,豚だし骨
	クーブイリチー	昆布,赤かまぼこ,豚肉,油揚げ	切干大根	三温糖,サラダ油	醤油,料理酒,みりん,風,かつおだし汁,豚だし汁
27 金	ウヅラ豆腐	豆腐,魚すりみ(小麦・卵・大豆),卵	人参,きくらげ,しいたけ,グリーンピース	小麦粉,片栗粉,揚げ油	塩
	シークワーサーデザート	小6,中3:シークワーサーソルベ その他:シークワーゼリー			
	コッペパン			コッペパン(乳・小麦・大豆)	
28 土	クラムチャウダー	あさり,鶏肉,牛乳,白大豆,スキムミルク(乳)	人参,玉ねぎ,コーン	じゃがいも,マーガリン,小麦粉	料理酒,塩,こしょう,鶏だし骨
	鶏肉のトマトチーズ焼き	鶏肉,肉だんご(大豆・鶏・豚),チーズ(乳)	にんにく,トマト	オリーブ油	トマトケチャップ,オレガノ,バジル
	ブロッコリーソテー		ブロッコリー,キャベツ,コーン,人参	じゃがいも,サラダ油	塩,こしょう,醤油,オイスターソース(大豆)
29 日	ペペロンチーノスパゲッティ	あさり	人参,玉ねぎ,キャベツ,小松菜,にんにく	スパゲティ(小麦),サラダ油	料理酒,塩,唐辛子,バジル
	ひじきサラダ	ひじき,かにかま	大根,ブロッコリー,枝豆,コーン		こしょう,タンカンドレッシング(小麦・大豆・ゼラチン),塩,特濃酢
	チーズケーキ	クリームチーズ,牛乳,卵	かぼちゃ	グラニュー糖,マーガリン,コーンスターチ	

※予定詳細献立表は、食品表示法に定められている28品目のみとなっています。

乳・卵・小麦・そば・ピーナッツ・えび・かに・あわび・いか・いくら・オレンジ・キウイフルーツ・牛肉・くるみ・さけ・さば・大豆・鶏肉・豚肉・まつたけ・もも・やまいも・ちんご・ゼラチン・バナナ・ごま・カシューナッツ・アーモンドの表示をしています。

※揚げ油(大豆)は、揚げ調理で複数回の調理に使用しています。 ※もやし・枝豆・あお豆の原料は、大豆です。 ※もずく・あおさ・のり等の海藻類や、アサリ等の二枚貝、しらす等の小魚類には、いかにえび・かにの稚魚が混入していることがあります。

## 《よく使用する調味料のアレルギーの一覧》

①醤油、薄口醤油(小麦・大豆) ②酢・特濃酢・ワインビネガー(小麦) ③ウスターソース(大豆・りんご) ④カレー粉(小麦・大豆・牛肉・鶏肉) ⑤豆腐・豆乳・おから・赤みそ・白みそ・麦みそ・甘口みそ・油あげ・厚揚げ・大豆油(大豆)

⑥デミグラスソース(小麦・鶏肉) ⑦マーガリン(乳・大豆) ⑧バター(乳) ⑨ごま油(ごま・大豆) ⑩ノンエッグマヨネーズ(大豆) ⑪鶏だし骨(鶏肉・卵) ⑫豚だし骨(豚肉)