



2月 きゅうしょくこんだてひょう



2026.2 本渡学校給食センター

日付		主食	牛乳	おかず	主な材料					
					あか	きいろ		みどり		
					ちやくやほねになる	なつやちやくになる		からだのちやくしきととのえる		
2	月	むぎごはん		にくだんごすーぶ いろどりやさいのとうふよせ ほそぎりんぼあえ	牛乳 鶏肉 昆布	魚すり身 ひじき	米 さとう 春雨	麦 パン粉	たまねぎ にんじん にら ねぎ はくさい えだまめ キャベツ きゅうり しめじ	
節分メニュー										
3	火	むぎごはん		けんちんじる いわししょうがに かみかみあえ	牛乳 鶏肉 豆腐 油揚げ	いわし 大豆 【いりこ】	米 こんにやく ドレッシング	麦 ゼリー パン粉 しめじ じゃがいも	しいたけ だいこん にんじん ごぼう ねぎ きゅうり もやし しょうが たまねぎ	
バレンタインメニュー										
4	水	かっとまるばん		こんそめすーぶ はーとのころっけ まかにさらだ はーとのゼリー	牛乳 ウインナー 鶏肉 豚肉	ハム 豆乳	丸パン 油 マカロニ ノンエッグマヨネーズ	ゼリー パン粉 じゃがいも	たまねぎ にんじん しめじ とうもろこし いちご果汁	
天草宝島デー「白菜」										
5	木	ごはん		はっほうさい といでんぶら もやしのちゅうかあえ	牛乳 豚肉 うすらの卵 かまぼこ	鶏肉	米 さとう でんぶん 油	ごま ごま油	しょうが たけのこ にんじん しいたけ たまねぎ はくさい ねぎ もやし きゅうり	
6	金	むぎごはん		あおさじる れんこんつくね かつのりさらだ	牛乳 あおさ 豆腐 かまぼこ	鶏肉 ツナ のり 糸かつお 【かつお節・昆布】	米 さとう ごま油	麦 パン粉	たまねぎ にんじん ねぎ れんこん えのきだけ	
9	月	こめごはん		はくさいときこのすーぶ たいのぼじるかりーぶやき ひじきさらだ	牛乳 ベーコン たいい ひじき	鶏肉 チーズ	米粉パン じゃがいも オリーブオイル ドレッシング	ごま	たまねぎ にんじん しめじ きゅうり はくさい しょうが たまねぎ キャベツ きゅうり とうもろこし レモン果汁	
10	火	むぎごはん		もずくのすましじる しのだに わふうどれっしんぶあえ	牛乳 鶏肉 豆腐 もずく 【かつお節・昆布】	油揚げ 豚肉 ハム	米 でんぶん ドレッシング	麦	たまねぎ にんじん しいたけ ねぎ れんこん ごぼう きゅうり ねぎ	
12	木	ごはん		なめこのみそじる ほきてんたまあげ きりぼしだいこんすのもの	牛乳 油揚げ 味噌 ホキ 【いりこ】	青のり 鶏肉	米 ごま さとう	油 小麦粉 ごま油	なめこ たまねぎ にんじん だいこん きゅうり ねぎ	
13	金	むぎごはん		まーぼーあつあげ ぎょうざ ゆかりあえ	牛乳 豚肉 味噌 大豆	厚揚げ 赤味噌 鶏肉	米 小麦粉 さとう でんぶん	麦 ごま油 油	キャベツ しょうが たけのこ にら ねぎ たまねぎ しいたけ にんにく きゅうり しそ	
16	月	むぎごはん		おでんふうに さんまかんろに こまつなさらだ	牛乳 鶏肉 厚揚げ ちぎり揚げ	うすらの卵 昆布 さんま 【かつお節】	米 こんにやく さといも さとう	麦 ごま ドレッシング	だいこん にんじん 小松菜 きゅうり	
17	火	むぎごはん		わかめすーぶ はるまき ごまねーずあえ	牛乳 わかめ 豆腐 ハム	豚肉 かまぼこ	米 油 春雨 ノンエッグマヨネーズ ごま さとう	麦 小麦粉	にんじん たまねぎ えのきだけ ねぎ キャベツ	
18	水	こくとうばん		こんさいのくりーむしちゅー わかどりのひかだ いたりあんさらだ	牛乳 豚肉 味噌 鶏肉	たまご チーズ スキムミルク ツナ	黒糖パン パン粉 小麦粉 油	さといも ドレッシング シチュールフ	にんじん たまねぎ ブロッコリー とうもろこし キャベツ	
ふるさとくまさんデー（阿蘇の味）										
19	木	ぶちまるごはん		だごじる れんこんはさみあげ あそだかないだめ	牛乳 ちりめん 茎ワカメ 糸かつお 【いりこ】	大豆 鶏肉 油揚げ ちくわ	米 すいとん 油 ごま	麦 さとう	にんじん だいこん はくさい ねぎ 高菜漬	
天草宝島デー「スナッペンどう」										
20	金	ちきんらいす		ぼとふすーぶ ほうれんそうおむれつ すなっぺんどうさらだ	牛乳 たまご	ウインナー 鶏肉	米 じゃがいも サラダ油	麦 さとう	にんじん たまねぎ キャベツ しめじ ほうれん草 スナッペンどう	
24	火	わかめごはん		ごもくじる とりのてりやき ほうれんそうとれんこんのさらだ	牛乳 わかめ	鶏肉 厚揚げ 【いりこ】	米 こんにやく ノンエッグマヨネーズ さとう	麦 さといも	ごぼう にんじん しいたけ ねぎ かぼちゃ たまねぎ えだまめ パセリ とうもろこし	
25	水	みるくばん		えーびーしーまかにすーぶ かぼちゃふらい くりーみーさらだ	牛乳 豚肉	ウインナー ハム	ミルクパン さとう でんぶん ドレッシング	マカロニ パン粉 油	かぼちゃ たまねぎ えだまめ パセリ とうもろこし	
天草宝島デー「天草黒毛和牛」										
26	木	ごはん		すきやきふう ちくわのいそべあげ しそきくらげあえ	牛乳 牛肉 焼き豆腐 ちくわ	あおさ	米 でんぶん さとう 小麦粉	油 ごま マロニー こんにやく	はくさい しいたけ しめじ たまねぎ しょうが ねぎ キャベツ きゅうり きくらげ	
天草宝島デー「豚肉」										
27	金	むぎごはん		あまくさぶたにくかれー はんばーく ふる一つかてる	牛乳 豚肉 スキムミルク	鶏肉 豆乳	米 ルウ デミグラスソース ゼリー	麦 じゃがいも	しょうが にんにく たまねぎ にんじん もち ぶどう	

2月の天草産の食材

米、きくらげ、しいたけ、いりこ、大根、白菜、豚肉、スナッペン



※献立は都合により変更することがあります。ご了承ください。

今月は、中学3年生からのリクエストメニューを取り入れています。

赤の文字のメニューが、リクエストメニューです。

アンケートのご協力ありがとうございました。

