



# 令和8年 2月 献立予定表



小学部

八王子市立加住小中学校

日曜	献立名		飲み物	主菜・副菜など	赤のなかま	黄色のなかま	緑のなかま	栄養価		
	主食							エネルギー	たんぱく質	
2月	コーンピラフ	牛乳	しろみざかなのハーブやき ポテトカルボナーラ ミネストローネ・ミラネーゼ ぽんかん	とりにくホキ ペーコン うずらまめ	なまクリーム ちゅうりょう ぎゅうにゅう こなチーズ ぎゅうにゅう	こめおしむぎ じゃがいも	あぶら オリーブあぶら	にんじん パセリ バジル	たまねぎ コーン セロリー にんにく えだまめ キャベツ ぽんかん	782kcal 33.5g
3火	いわしの ひつまぶし	牛乳	けんちんじる とさあえ だいすこくとう	いわし とうふ ぶたにく あぶらあげ かつおぶし いりだいす	ぎゅうにゅう	こめでんぶん さとう さといも くろざとう	あぶら しろごま	にんじん	ねしようが ごぼう ながねぎ だいこん こんにゃく きゅうり レモン	880kcal 35.1g
4水	ごはん	牛乳	てりやきハンバーグ こまつなとあぶらあげのにびたし くきわかめのしようがいため やさいととうふのみそしる	とうふ ぶたにく たまご あぶらあげ みそ あかもそ	ちゅうりょう ぎゅうにゅう くきわかめ カットわかめ ぎゅうにゅう	こめパンこ さとう でんぶん	あぶら ごまあぶら しろごま	こまつな にんじん	たまねぎ はくさい ねしようが だいこん えのきだけ ながねぎ	752kcal 30.6g
5木	ちゅうかどん やさい 350	牛乳	ポップピーンズ コーンとたまごのスープ	ぶたにくいか うずらのたまご だいすこくとう	あおのり ぎゅうにゅう	こめでんぶん	あぶら ごまあぶら	にんじん	はくさい たけの こほしいたけ ににくねしようが たまねぎ コーン クリームコーンかん	805kcal 31.3g
6金	はちっこつけめん	牛乳	うずらのたまご ステイックだいがくいも やさいのなんばんづけ	ぶたにくなると うずらのたまご	ぎゅうにゅう	むしちゅうかめ ん さとう さつまいも フレンチ	ごまあぶら あぶら くろごま	こまつな にんじん	たけのこ ねしようが もやし コーン たまねぎ きゅうり だいこん	771kcal 26.5g
9月	ごはん	牛乳	マーボーどうふ ちゅうかサラダ きのことたまごのスープ	とうふ ぶたにく あかもそ とりにく たまご	カットわかめ ぎゅうにゅう	こめさとう でんぶん はるさめ	あぶら ごまあぶら しろごま	にんじん にら こまつな	ながねぎ たまねぎ ねしようが ににく ほしいたけ キャベツ もやし たけのこ しめじ えのきだけ	766kcal 30.8g
10火	チリビーンズサンド	牛乳	わかめサラダ ポトフ	さんときまめ ぶたにく とりにく ウインナー	カットわかめ ぎゅうにゅう	コッペパン こむぎこ さとう じゃがいも	あぶら ごまあぶら	にんじん ピーマン	たまねぎ ににく セロリー だいこん コーン キャベツ ねしようが	773kcal 32.6g
12木	ごはん	牛乳	わかさぎのなんばんづけ しおにくじやが えのきとはくさいのみそしる	ぶたにく あぶらあげ とうふ あかもそ みそ	わかさぎ カットわかめ ぎゅうにゅう	こめでんぶん さとう じゃがいも	あぶら	にんじん さやえんどう	ながねぎ たまねぎ いとこにゃく はくさい えのきだけ	770kcal 28.4g
13金	ガーリックライス はちおうじさんのこめこ	牛乳	チキンのトマトにこみ フレンチサラダ はちこめっこコアカッピケーキ	とりにくたまご	ちゅうりょう ぎゅうにゅう ぎゅうにゅう	こめじゃがいも さとう こむぎこ こめこ チョコチップ	オリーブあぶら あぶら バター	パセリ バジル にんじん カットトマト	たまねぎ ににく ねしようが キャベツ きゅうり コーン	863kcal 29.6g
16月	ファンモン ★エッグカレー	牛乳	バイビーズたいようサラダ くわのみやこクラフティ	とりにく うずらのたまご たまご	ちゅうりょう ぎゅうにゅう なまクリーム ぎゅうにゅう	こめじゃがいも こむぎこ さとう コーンスター	あぶら バター	にんじん ブロッコリー くわのは	たまねぎ ににく ねしようが キャベツ コーン おうとうかん	914kcal 24.5g
17火	はちおうじさん だいこんのなめし はるみ	牛乳	ほうとうじる あかうおのやくみやき あおなからしあえ はるみ	あかうお かまぼこ ぶたにく あぶらあげ あかもそ みそ	ぎゅうにゅう	こめさとう ほうとう	ごまあぶら あぶら しろごま	なめしのもの こまつな にんじん かぼちゃ	はちおうじさんだいこん ごはんのもと ににく ながねぎ もやし だいこん はくさい ほしいたけ はるみ	772kcal 35.7g
18水	こくさんこむぎパン セルフホットドック	牛乳	クリームシチュー だいこんのフレンチサラダ	ウインナー とりにく ベーコン	ちゅうりょう ぎゅうにゅう なまクリーム	コッペパン じゃがいも こむぎこ さとう	あぶら バター オリーブあぶら	にんじん	たまねぎ はくさい しめじ だいこん きゅうり コーン オレンジジュース	774kcal 24.1g
19木	ごはん	牛乳	ヤンニヨムチキン さんしょくナムル くずきりスープ いよかん	とりにく ぶたにく	ぎゅうにゅう	こめこむぎこ でんぶん はちみつ さとう くずきり	あぶら ごまあぶら しろごま	こまつな にんじん	ねしようが ににく もやし はくさい ながねぎ ほしいたけ いよかん	808kcal 28.3g
20金	ごはん	牛乳	さけのしおやき とうきょううどのいために チンゲンさいととうふのみそしる	さつまあげ さか とりにく あぶらあげ とうふ あかもそ	ぎゅうにゅう	こめさとう じゃがいも	あぶら しろごま ごまあぶら	にんじん チングンツアイ	うど いとこにゃく えだまめ たまねぎ	747kcal 39.1g
24火	しゅん:ながねぎ ぎゅうすきどん	牛乳	やさいのいろどりあえ みそしる いちご	ぎゅうにく とうふ あぶらあげ かつおぶし あかもそ みそ	カットわかめ ぎゅうにゅう	こめさとう	ごまあぶら あぶら しろごま	こまつな にんじん	ににく ねしようが ながねぎ たまねぎ しらたき えのきだけ しめじ もやし いちご	874kcal 35g
25水	かてめし そうとごぜん	牛乳	そうとやき やさいのピリリづけ きぬのおすいもの	とりにくちくわ あぶらあげ さわら みそとうふ	カットわかめ ぎゅうにゅう	こめさとう そうめん れいとうしら たまだんご	あぶら しろごま マヨネーズ ごまあぶら	にんじん くわのは	ごぼう れんこん ほしいたけ いとこにゃく えだまめ たまねぎ	820kcal 35.6g
26木	はちだいこんおろし スパゲティ	牛乳	やさいとジャコのサラダ オレンジポンチ	ツナ	きざみのり ちりめんじゃこ ぎゅうにゅう	スパゲティ さとう	オリーブあぶら バター あぶら	ばんのうねぎ にんじん	だいこん えのきだけ キャベツ きゅうり コーン フルーツミックスかん オレンジジュース	765kcal 31.8g
27金	ごはん はちおうじさんさけかす	牛乳	あつやきたまご ごまあえ はちおうじさんまいのかすじる じゃことぎゅうにくのいために	たまご とりにく あぶらあげ ぶたにく みそ ぎゅうにく	ちりめんじゃこ ぎゅうにゅう	こめさとう さけかす	あぶら しろごま ごまあぶら	にんじん こまつな	たまねぎ ほしいたけ もやし しめじ ごぼう だいこん ながねぎ ごんにゃく ににく	821kcal 34.9g

\* 献立は、食材の入荷状況等により、変更することがあります。ご了承ください。

\* 毎月の献立予定表と献立の材料名が記入してある詳細献立表は、八王子市のHPに公開しますのでご覧ください。

八王子市HPトップ > くらしの情報 > 教育・生涯学習・スポーツ > 学校教育 > 学校給食・食育 > 学校給食センター はちっこキッチン →→→



今月の地場野菜…だいこん、キャベツ、こまつな、ながねぎ、にんじん、はくさい



★試食会のお知らせ★

3日(火)、17日(火)、24日(火)

11:30開始

申込は電話にて 042-686-0814