

2026年2月 献立予定表



日曜	献立名 (◎は地産地消の目印です！)		主 材 料 名 ※下線は八王子産を使用予定						栄養価	
	主食	献立品目	主菜・副菜など	血や肉のもと(赤)		熱や力になるもと(黄)		体の調子を整えるもと(緑)		エネルギー たんぱく質
				たんぱく質	カルシウム	糖質	脂質	緑黄色野菜	その他	
2月	ミラノ・コルティナ2026 冬季オリンピック	牛乳	白身魚のハーブ焼き ポテトカルボナーラ◎ ミネストローネ・ミラナーゼ◎ 果物(清見オレンジ)	鶏肉,ベーコン ホキ,うずら豆	★生クリーム ★牛乳 ★粉チーズ	米 じゃがいも	油 オリーブ油	にんじん	たまねぎ,ホールコーン セロリ,にんにく,枝豆 キャベツ,清見オレンジ	750kcal 33g
3火	節分	牛乳	けんちん汁◎ 土佐和え◎ 大豆黒糖	いわし,豆腐 油揚げ,大豆 かつおぶし粉	★牛乳	米,でんぷん さといも,砂糖 黒砂糖	ごま,油	にんじん	根しょうが,ごぼう なげねぎ,だいこん こんにゃく,きゅうり レモン果汁	847kcal 32.8g
4水	中学生が考えたバランス献立	牛乳	豆腐ハンバーグ 小松菜ともやしのごま和え◎ 豚汁◎	豆腐,豚肉 ★卵,かまぼこ 油揚げ,みそ	★牛乳	米,砂糖 ★パン粉	ごま,油	こまつな にんじん	たまねぎ,もやし だいこん,ごぼう なげねぎ,こんにゃく	798kcal 32.5g
5木	リクエスト献立	牛乳	うずらの卵 のり塩ポテト 野菜の南蛮漬け◎	豚肉,★なると ★うずらの卵	青のり ★牛乳	★中華めん,砂糖 じゃがいも	油,ごま油	こまつな にんじん	たけのこ,根しょうが もやし,ホールコーン たまねぎ,きゅうり だいこん	750kcal 27.9g
6金	中華丼◎	牛乳	ポップビーンズ コーンと卵のスープ	豚肉,いか ★うずらの卵 ★卵,大豆	青のり ★牛乳	米,でんぷん	油,ごま油	にんじん	はくさい,たけのこ 干しいたけ,にんにく 根しょうが,ホールコーン たまねぎ,クリームコーン	805kcal 31.3g
9月	100年フード・山梨県	牛乳	赤魚の菜味焼き◎ 青菜のからしあえ◎ ほうとう汁◎ 果物(清見オレンジ)	赤魚,かまぼこ 豚肉,油揚げ 赤みそ,みそ	★牛乳	米,砂糖 ★生うどん	油,ごま油 ごま	こまつな にんじん かぼちゃ	にんにく,なげねぎ,もやし だいこん,干しいたけ はくさい,清見オレンジ	750kcal 35.3g
1年2年5組 10火	ご飯	牛乳	わかさぎの南蛮漬け◎ 塩肉じゃが◎ えのきと白菜のみそ汁◎	豚肉,油揚げ 豆腐,赤みそ みそ	わかさぎ わかめ,★牛乳	米,でんぷん 砂糖,じゃがいも	油	にんじん さやえんどう	なげねぎ,たまねぎ 糸こんにゃく,はくさい えのきたけ	770kcal 28.4g
12木	チリビーンズ サンド◎	牛乳	わかめサラダ◎ ポトフ◎	金時豆 豚肉,鶏肉 ウインナー	わかめ ★牛乳	★コッパパン ★薄力粉,砂糖 じゃがいも	油,ごま油	にんじん ピーマン	たまねぎ,にんにく セロリ,だいこん ホールコーン,キャベツ 根しょうが	773kcal 32.6g
1年2年3年 13金	ガーリックライス	牛乳	チキンのトマト煮込み◎ フレンチサラダ◎ はち米っこココアカップケーキ	鶏肉,★卵	★牛乳	米,じゃがいも 砂糖,米粉 ★薄力粉 チョコチップ	油,オリーブ油 ★バター	にんじん トマト	たまねぎ,にんにく 根しょうが,キャベツ きゅうり,ホールコーン	863kcal 29.6g
1年2年3年 16月	かてめし◎	牛乳	桑都焼き 野菜のピリリ漬け◎ 絹のお吸い物◎	鶏肉,ちくわ 油揚げ,さごめ みそ,豆腐	わかめ ★牛乳	米,砂糖,白玉 ★そうめん	油,ごま ごま油 ★マヨネーズ	にんじん	ごぼう,干しいたけ れんこん,糸こんにゃく キャベツ,だいこん なげねぎ,えのきたけ	820kcal 35.6g
17火	ご飯	牛乳	ヤンニョムチキン 3色ナムル◎ くずきりスープ◎ 果物(いよかん)	鶏肉,豚肉	★牛乳	米,★薄力粉 でんぷん,砂糖 はちみつ くずきり	油,ごま油 ごま	こまつな にんじん	根しょうが,にんにく もやし,はくさい,なげねぎ 干しいたけ,いよかん	808kcal 28.3g
18水	国産小麦パン ソフト フランスパン	牛乳	手作りりんごジャム クリームシチュー◎ 大根のフレンチサラダ◎	鶏肉,ベーコン	★生クリーム ★牛乳	★フランスパン ★薄力粉,砂糖 じゃがいも	油,オリーブ油 ★バター	にんじん	りんご,レモン果汁 たまねぎ,はくさい しめじ,だいこん きゅうり,ホールコーン	808kcal 26g
19木	元気応援メニュー ファンモン★ エッグカレー◎	牛乳	バイビーズ太陽サラダ◎ 桑の都クラフティ◎	鶏肉,★卵 ★うずらの卵	★生クリーム ★牛乳	米,じゃがいも ★薄力粉,砂糖 コーンスターチ	油 ★バター	にんじん ブロッコリー 桑の葉	たまねぎ,にんにく 根しょうが,キャベツ ホールコーン,黄桃缶	915kcal 24.5g
20金	はち大根おろし スパゲティ◎	牛乳	野菜とじゃこのサラダ◎ フルーツポンチ	ツナ	ちりめんじゃこ のり,★牛乳	★スパゲティ 砂糖	油,オリーブ油 ★バター	万能ねぎ にんじん	だいこん,きゅうり,キャベツ えのきたけ,ホールコーン フルーツミックス缶 オレンジジュース	765kcal 31.7g
24火	ご飯	牛乳	マーボー豆腐◎ 中華サラダ◎ ABCスープ◎	豆腐,豚肉 鶏肉,赤みそ	わかめ ★牛乳	米,でんぷん はるさめ,砂糖 ★マカロニ	油,ごま油 ごま	にんじん,にら こまつな	なげねぎ,たまねぎ 根しょうが,にんにく 干しいたけ,キャベツ もやし,たけのこ	774kcal 31.5g
25水	ご飯	牛乳	さばのごま風味焼き 東京うどの炒め煮◎ ちんげん菜と豆腐のみそ汁◎	さば,さつま揚げ 鶏肉,油揚げ,豆腐 赤みそ,みそ	★牛乳	米,砂糖	油,ごま油 ごま	にんじん チンゲン菜	根しょうが,うど 糸こんにゃく,枝豆 たまねぎ	860kcal 34.7g
26木	焼き鶏丼◎	牛乳	野菜の彩り和え◎ 田舎汁◎ 果物(いよかん)	鶏肉,油揚げ 生揚げ かつおぶし粉 みそ,赤みそ	のり ★牛乳	米,砂糖 でんぷん さといも	油	こまつな にんじん	根しょうが,なげねぎ もやし,しめじ,ごぼう だいこん,こんにゃく いよかん	818kcal 34.8g
27金	八王子産酒粕 菜飯◎	牛乳	厚焼き卵◎ ごま和え◎ 八王子産米の粕汁◎ じゃことわかめの炒め煮	★卵,鶏肉,豚肉 油揚げ,みそ	ちりめんじゃこ わかめ,★牛乳	米,砂糖	油,ごま油 ごま	青菜,にんじん こまつな	たまねぎ,干しいたけ もやし,しめじ,ごぼう だいこん,なげねぎ こんにゃく,にんにく	760kcal 31.6g

※ 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に公開しますので御覧ください。

八王子市HPトップ > 暮らしの情報 > 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

給食センター元横山
HPをご覧ください