



令和8年

## こんだてのおしらせ



鶴田町学校給食センター

日	曜	こんだて			熱や力になる食品	血や肉になる食品	体の調子を整える食品	おしらせ
		しゅしょく	牛乳	りんご	おかず	主に炭水化物、しほう	主にたんぱく質、カルシウム	小、中：エネルギーkcal
2月	月	ごはん じさん			ひらつくね	ごはん	ひらつくね 牛乳	りんご
					なめたけあえ		ほうれんそう にんじん なめたけ	小：654 中：803
					とんじる	じゃがいも あぶら	はくさい にんじん ごぼう ほししいたけ ながね	
3月	火	ごはん			いわしのみそに	ごはん	いわしのみそに 牛乳	りんご
					まめもやしいため	さとう あぶら	さつまあげ	今年の節分は2月3日です。 節分にちなんだいわしのみそにと大豆がつきます。 他にも給食の中におにがかくれているようです。 さがしてみましょう！
					あさりのすましじる		あさり とうふ かまぼこ	小：693 中：789
					ふくまめ		ふくまめ	
4月	水	しょくパン			ハムステーキ	しょくパン	ハムステーキ 牛乳	りんご
					ポロネーゼサラダ	パンネマカロニ あぶら さとう	ブロッコリー たまねぎ にんじん	食パンにハムステーキやサラダをはさんで食べて もおいしいですよ。
					ポテトのコンソメスープ	じゃがいも	ベーコン	
5月	木	ごはん			ぼうぎょうざ	ごはん	ぼうぎょうざ 牛乳	りんご
					チンジャオロースー	あぶら	ぶたにく たけのこ ピーマン	小：662 中：759
					かきたまスープ	でんぶん	たまご わかめ とうふ	
6月	金	むぎごはん			ごはん むぎ	牛乳		野菜をしっかり食べよう！
					じゃがいも あぶら ルウ	とりにく 牛乳	にんじん にんにく たまねぎ	小：783 中：916
					フルーツあんにん	あんにんどうふ	みかん パイン もも	
9月	月	ごはん じさん			おやこだしまきたまご	ごはん	おやこだしまきたまご 牛乳	りんご
					かんこくふうにくじゅが	じゃがいも さとう ごま ごまあぶら あぶら	ぶたにく コチュジャン	たまねぎ にんじん こんにゃく にんにく
					わかめスープ		わかめ なると	もやし にんじん ほししいたけ ながね
10月	火	ごはん			ベビーホタテとごぼうしぐれに	ごはん さとう でんぶん あぶら	ベビーホタテ ぶたにく 牛乳	ごぼう こんにゃく ばんのうねぎ しょうが
					キャベツのしおこんぶあえ	ごまあぶら	しおこんぶ	令和7年度の学校給食レシピコンテストで優秀賞 に輝いた6年2組 尾崎 翔永さんのレシピが給食に 登場します！
					なめこじる		とうふ あからみそ	
12月	木	ゆでうどん			とうふのいそべあげ (2c)	ゆでうどん	とうふのいそべあげ 牛乳	りんご
					ほうれんそうとまめのごまあえ	さとう ごま ごまあぶら	まめ	ほうれんそう コーン にんじん
					カレーうどん	ルウ	ぶたにく なると あぶらあげ	たまねぎ にんじん ながね
13月	金	ごはん	ジョア		チキンナゲット (2c)	ごはん	チキンナゲット ハート ジョア	りんご
					ぶたにくのケチャップいため	あぶら さとう	ぶたにく ハート	ジョアはストロベリー味です。
					ほうれんそうとたまごのスープ	でんぶん	たまご	
16月	月	ごはん じさん			なんこついりつくね	ごはん	なんこついりつくね 牛乳	りんご
					メンマいため	さとう ごまあぶら	ぶたにく	メンマ にんじん こんにゃく
					まろやかとうにゅうキムチスープ	はるさめ ごま ごまあぶら さとう	とうふ みそ	にんじん チンゲンさい もやし しょうが ほししいたけ はくさいキムチ にんにく ながね
17月	火	わかめごはん			あおもりさめのにつけ	ごはん	わかめ あおもりさめのにつけ 牛乳	りんご
					いんげんのいためもの	さとう ごまあぶら	ぶたにく	さやいんげん にんじん こんにゃく
					だいこんのみそしる		あぶらあげ あからみそ	だいこん にんじん えのきだけ だいこんば
18月	水	ごめこバーガーパン			のびチーメンチカツ	ごめこバーガーパン あぶら	のびチーメンチカツ 牛乳	りんご
					たまごサラダ	マヨネーズ あぶら さとう	たまご	ブロッコリー
					はくさいのクリームに	じゃがいも ルウ	ベーコン いんげんまめ 牛乳	たまねぎ にんじん はくさい しめじ さやいんげん
19月	木	どんぶりむぎごはん			ぶたどん	ごはん むぎ あぶら	ぶたにく 牛乳	ごぼう にんじん たまねぎ こんにゃく ながね
					ひじきとれんこんのサラダ	さとう ごま	ひじき だいす	どんぶりむぎごはんの上にぶたどんの具をのせて食 べましょう。
					あおさのみそしる		あおさのり あぶらあげ とうふ あからみそ	
20月	金	むぎごはん	ジョア		キーマカレー	ごはん むぎ	牛乳	りんご
					キャベツとブロッコリーのごまサラダ	あぶら ルウ	ぶたにく だいす 牛乳	にんじん たまねぎ
					ホッケしろしょゆやき		ブロッコリー ハート	キャベツ
24月	火	ごはん			きりぼしだいこんのいりに	ごはん あぶら さとう	ぶたにく	きりぼしだいこん にんじん こんにゃく ほししいたけ
					こまつなみそしる		あぶらあげ とうふ あからみそ	こまつな えのきだけ
					てりやきチキン	ごはん	てりやきチキン ジョア	りんご
25月	水	ごはん	ジョア		トマトペンネサラダ	パンネマカロニ あぶら さとう		トマト たまねぎ にんじん ブロッコリー
					ポトフ	じゃがいも ポトフ	ワインナー	たまねぎ にんじん パセリ キャベツ
					ゆでちゅうか	だいすミートはるまき	だいすミートはるまき 牛乳	りんご
26月	木	どんぶりむぎごはん			ちゅうかもやしサラダ	ごま ドレッシング		もやし きゅうり
					マーポーメン	でんぶん ごまあぶら	ぶたにく とうふ	にんじん しょうが にんにく ながね
					スタミナとりどん	ごはん むぎ あぶら	とりにく 牛乳	ごぼう にんじん こんにゃく にんにく ながね
27月	金	はるさめ	ジョア		はるさめサラダ	はるさめ ごまあぶら ごま	わかめ	きくらげ にんじん しょうが きゅうり ながね
					キャベツのみそしる		あつあげ あからみそ	ながね ほししいたけ キャベツ

2月の平均 小：686 中：800



りんごの提供、ありがとうございました！

今年も皆様から、たくさんりんごを寄贈していただき、まことにありがとうございました。おかげさまで、11月からおいしくいただいておりました。

今後の提供については、現在の在庫状況から2月中旬までを予定しております。りんごがなくなり次第終了とさせていただきます。

あらためて、地域の方々に感謝していただきます。

祝☆給食レシピコンテスト 優秀賞！

鶴田小学校 6年2組 尾崎 翔永 さん

ベビーホタテとごぼうしぐれに

2月10日（火）の給食に登場します！

※献立が変更になる場合もありますので、よろしくお願いします。

こんだてのおしらせは、鶴田町ホームページにのせています。