



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
		しゅしよく	牛乳	りんご	おかず	主に炭水化物、しぼろ	主にたんぱく質、カルシウム	主にビタミン類	
2	月	ごはん じさん			ひらつくね なめだけあえ とんじる	ごはん じゃがいも あぶら	ひらつくね 牛乳 ぶたにく こうやどうふ	りんご ほうれんそう にんじん なめだけ はくさい にんじん ごぼう ほししいたけ しょうが	小：654 中：803
3	火	ごはん			いわしのみそに まめもやしのため あさりのすましじる ふくまめ	ごはん さとう あぶら	いわしのみそに 牛乳 さつまあげ	りんご まめもやし にんじん こんにゃく にんじん こまつな ほししいたけ	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ながくていようです。 さがしてみしょう！
4	水	しよくパン			ハムステーキ ポロネーゼサラダ ポテトのコンソメスープ	しよくパン ペンネマカロニ あぶら さとう	ハムステーキ 牛乳 だいす みそ	りんご ブロッコリー たまねぎ にんじん たまねぎ にんじん パセリ	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。
5	木	ごはん			ぼうぎょうざ チンジャオロースー かきたまスープ	ごはん あぶら	ぼうぎょうざ 牛乳 ぶたにく	りんご だけのこ ビーマン たまねぎ にんじん ほししいたけ	小：662 中：759
6	金	むぎごはん			チキンカレー フルーツあんじん	ごはん むぎ じゃがいも あぶら ルウ	牛乳 とりにく 牛乳	野菜をしっかりと食べよう！ みかん パイン もも	小：783 中：916
9	月	ごはん じさん			おやこだしまきたまご かんこくふうにくじゃが わかめスープ	ごはん じゃがいも さとう ごま ごまあぶら	おやこだしまきたまご 牛乳 ぶたにく コチュジャン	りんご たまねぎ にんじん こんにゃく にんにく もやし にんじん ほししいたけ	小：655 中：788
10	火	ごはん			ベビーホタテとごぼうしぐれに キャベツのしおこんぶあえ なめこじる	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 しおこんぶ	りんご ごぼう こんにゃく ばんのうねぎ しょうが なめこ だいこん	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 晃永さんのレシピが給食に 登場します！
12	木	ゆでうどん			とうふのいそべあげ（2こ） ほうれんそうとまめのごまあえ カレーうどん	ゆでうどん さとう ごま ごまあぶら	とうふのいそべあげ 牛乳 まめ	りんご ほうれんそう コーン にんじん たまねぎ にんじん	小：682 中：751
13	金	ごはん		ジョア	チキンナゲット（2こ） ぶたにくのケチャップいため ほうれんそうとたまごのスープ	ごはん あぶら さとう	チキンナゲット ジョア ぶたにく	りんご にんじん たまねぎ ビーマン しめじ にんにく ほうれんそう にんじん だいこん えのきたけ	ジョアはストロベリー味です。 小：607 中：706
16	月	ごはん じさん			なんこついつつくね メンマイのため まろやかとうにゅうキムチスープ	ごはん さとう ごまあぶら	なんこついつつくね 牛乳 ぶたにく	りんご メンマ にんじん こんにゃく 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	小：680 中：862
17	火	わかめごはん			あおもりさめのにつけ いんげんのいためもの だいこんのみそしる	ごはん さとう ごまあぶら	わかめ あおもりさめのにつけ 牛乳 ぶたにく	りんご さやいんげん にんじん こんにゃく だいこん にんじん えのきたけ だいこんば	1日のスタートは 朝ごはんから！
18	水	こめこバーガーパン			のびチーメンチカツ たまごサラダ はくさいのクリームに	こめこバーガーパン あぶら マヨネーズ あぶら さとう	のびチーメンチカツ 牛乳 たまご	りんご ブロッコリー たまねぎ にんじん はくさい しめじ さやいんげん	「のびチーメンチカツ」は、中のび〜るチーズ が入ったメンチカツです。 小：824 中：940
19	木	どんぶりむぎごはん			ぶたどん ひじきとれんこんのサラダ あおさのみそしる	ごはん むぎ あぶら さとう ごま	ぶたにく 牛乳 ひじき だいす	りんご ごぼう にんじん たまねぎ こんにゃく れんこん にんじん きゅうり	どんぶり麦ごはんの上にぶたどんの具をのせて食 べましょう。 小：724 中：845
20	金	むぎごはん			キーマカレー キャベツとブロッコリーのごまサラダ	ごはん むぎ あぶら ルウ	牛乳 ぶたにく だいす 牛乳	りんご にんじん たまねぎ ブロッコリー	小：816 中：955
24	火	ごはん			ホッケしろうゆやき きりぼしだいこんのいりに こまつなのみそしる	ごはん あぶら さとう	ホッケしろうゆやき 牛乳 ぶたにく	りんご きりぼしだいこん にんじん こんにゃく ほししいたけ あぶらあげ	小：611 中：721
25	水	ごはん		ジョア	てりやきチキン トマトペンネサラダ ポトフ	ごはん ペンネマカロニ あぶら さとう	てりやきチキン ジョア ウインナー	りんご トマト たまねぎ にんじん ブロッコリー たまねぎ にんじん パセリ	ジョアはプレーン味です。 小：599 中：711
26	木	ゆでちゅうか			だいすミートはるまき ちゅうかもやしサラダ マーボーめん	ゆでちゅうか あぶら ごま ドレッシング	だいすミートはるまき 牛乳 ぶたにく とうふ	りんご もやし きゅうり にんじん しょうが にんにく	小：774 中：849
27	金	どんぶりむぎごはん			スタミナとりどん はるさめサラダ キャベツのみそしる	ごはん むぎ あぶら はるさめ ごまあぶら ごま	とりにく 牛乳 わかめ	りんご ごぼう にんじん こんにゃく にんにく きくらげ にんじん しょうが きゅうり	どんぶり麦ごはんの上にスタミナとりどんの具を のせて食べましょう。 小：720 中：840
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、たくさんの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す。

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、地域の方々に感謝させていただきます。



給食レシピコンテスト 優秀賞！

鶴田小学校 6年2組 尾崎 晃永 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。

※白抜きの部分は鶴田町産です。

しよくじのまえには
手をよく
あらおう！

