



2026年 2月分 小学校給食献立予定表

一宮市教育委員会学校給食課
一宮市立朝日西小学校

| 日 | 曜 | 献立名 | 赤：主に体をつくるものとなる | | 緑：主に体の調子を整える | | 黄：主にエネルギーのもととなる | | 中学年量を掲載 | |
|-----|---|---------------------|--------------------|------------|------------------|---|----------------------------------|--------------|--------------|-----------|
| | | | 1群 (たんぱく質) | 2群 (カルシウム) | 3群 (カロテン) | 4群 (ビタミン・食物繊維) | 5群 (炭水化物) | 6群 (脂質) | エネルギー (kcal) | たんぱく質 (g) |
| 2月 | 月 | ごはん | | | | | こめ | | 620 | 19.9 |
| | 火 | ぎゅうにゅう | | ぎゅうにゅう | | | | | | |
| | 水 | なまあげのヤンニョム | なまあげ | | | にんにく | さとう・でんぶん | あぶら | | |
| | 木 | チャブチエ | ふたにく | | にら・にんじん | もやし | はるさめ・さとう | あぶら ごまあぶら | | |
| | 金 | わかめスープ | ぎゅうにく | わかめ | チングンサイ | たまねぎ・だいこん | | | | |
| 3月 | 月 | ごはん | | | | | こめ | | 637 | 27.2 |
| | 火 | ぎゅうにゅう | | ぎゅうにゅう | | | | | | |
| | 水 | いわしのかばやき | いわし | | | | でんぶん・さとう | あぶら | | |
| | 木 | ごもくにまめ | とりにく・だいす | | にんじん さやいんげん | ごぼう | さとう | あぶら | | |
| | 金 | はくさいのみそしる | なまあげ・みそ | | こまつな | はくさい・しめじ・ねぎ | さといも | | | |
| 4月 | 月 | ごはん | | | | | こめ | | 605 | 28.6 |
| | 火 | ぎゅうにゅう | | ぎゅうにゅう | | | | | | |
| | 水 | あつやきたまご | たまご | | | | さとう・でんぶん | あぶら | | |
| | 木 | ひきにくとなつとうのいためもの | ふたにく・なつとう みそ | | にんじん | たけのこ | さとう | あぶら | | |
| | 金 | とうふのすましる | かまぼこ・とうふ | | みつば | だいこん・えのきだけ | | | | |
| 5月 | 月 | あじつけのり | | のり | | | | | 619 | 26.4 |
| | 火 | ごはん | | | | | こめ | | | |
| | 水 | ぎゅうにゅう | | ぎゅうにゅう | | | | | | |
| | 木 | てりやきハンバーグ | とりにく・ふたにく | | | たまねぎ | さとう・でんぶん | あぶら | | |
| | 金 | ごまあえ | | | ほうれんそう | もやし | さとう | ごま | | |
| 6月 | 月 | ぶたじる | ふたにく・とうふ みそ | | にんじん | だいこん・こんにゃく ねぎ | じゃがいも | | 666 | 26.9 |
| | 火 | ソフトめん | | | | | ソフトめん | | | |
| | 水 | ぎゅうにゅう | | ぎゅうにゅう | | | | | | |
| | 木 | やさいたっぷりしおソフトめん (しる) | ふたにく | | にんじん チングンサイ | もやし・はくさい・ねぎ ほししいだけ・しょうが | | | | |
| | 金 | とりにくとひよこまめのこくとうがらめ | とりにく | | | | ひよこまめ・でんぶん さつまいも・くろざとう さとう | あぶら | | |
| 9月 | 月 | がっこうだいきゅうび | | | | | | | | |
| | 火 | むぎごはん | | | | | こめ・おおむぎ | | | |
| | 水 | ぎゅうにゅう | | ぎゅうにゅう | | | | | | |
| | 木 | さばのしおやき | さば | | | | | あぶら | | |
| | 金 | れんこんとかばのいためもの | ハム | | かぶのは | れんこん・かぶ | さとう | あぶら | | |
| 10月 | 月 | こんさいのかすじる | なまあげ・みそ | | かぼちゃ・にんじん みすな | ごぼう・だいこん | | | 609 | 25.0 |
| | 火 | ごはん | | | | | こめ | | | |
| | 水 | ぎゅうにゅう | | ぎゅうにゅう | | | | | | |
| | 木 | チキンカレー | とりにく | | にんじん・トマト | たまねぎ・クリンピース しょうが・にんにく ナタデココ・もも パインアップル | じゃがいも・カレールウ | あぶら | | |
| | 金 | フルーツヨーグルト | | ヨーグルト | | | さとう | | | |
| 12月 | 月 | ふくじんづけ | | | しそ | だいこん・うり・きゅうり・なす れんこん・しょうが・なたまめ | さとう | | 643 | 18.1 |
| | 火 | ごはん | | | | | こめ | | | |
| | 水 | ぎゅうにゅう | | ぎゅうにゅう | | | | | | |
| | 木 | チキンカレー | とりにく | | にんじん・トマト | たまねぎ・クリンピース しょうが・にんにく ナタデココ・もも パインアップル | じゃがいも・カレールウ | あぶら | | |
| | 金 | フルーツヨーグルト | | ヨーグルト | | | さとう | | | |
| 13月 | 月 | ふくじんづけ | | | しそ | だいこん・うり・きゅうり・なす れんこん・しょうが・なたまめ | さとう | | 637 | 23.2 |
| | 火 | ごはん | | | | | こめ | | | |
| | 水 | ぎゅうにゅう | | ぎゅうにゅう | | | | | | |
| | 木 | コロッケ | ふたにく・ぎゅうにく | | パセリ・にんじん | たまねぎ | じゃがいも・パンこ さとう・こむぎこ | あぶら | | |
| | 金 | あかじそあえ | | | あかじそ | キャベツ・だいこん | | | | |
| | 月 | かきたまじる | たまご・かまぼこ こうやどうふ | | にんじん ほうれんそう | たまねぎ・ほししいだけ | でんぶん | | | |
| | 火 | | | | | | | | | |



せつぶん
2月
節分 3日 (火)

今年の節分は、2月3日(火)です。節分には、豆、いわしなどを食べる行事食があります。豆には、鬼(邪氣)を追い払い、一年を健康にすごせるようにという願いが込められています。いわしも、食べることで邪氣を追い払うという意味があります。

おうぼこんだて
応募献立 26日(木)

「やみつき！ ブロッコリーのマヨペペロン」は、黒田小学校の児童が考案してくれた応募献立です。工夫したところは、愛知県でよくされるキャベツを使用し、小学校一年生も食べやすいようにとうがらしを少なめにしたことだそうです。冷めてもおいしいおかずなので、給食にもぴったりだと良い献立を考えてくれました。

2026年 2月分 小学校給食献立予定表

毎月19日は「食育の日」
です。食について家族でも
話し合ってみましょう！



一宮市教育委員会学校給食課
一宮市立朝日西小学校

| 日 | 曜 | 献立名 | 赤：主に体をつくるものとなる | | 緑：主に体の調子を整える | | 黄：主にエネルギーのもととなる | | 中学年量を掲載 | |
|----|---|---------------------------------------|--------------------------|------------------|----------------|---------------------------------|--------------------|---------------------------|-----------------------|--------------|
| | | | 1群 (たんぱく質) | 2群 (カルシウム) | 3群 (カロテン) | 4群 (ビタミン・食物繊維) | 5群 (炭水化物) | 6群 (脂質) | エネルギー (kcal) | たんぱく質 (g) |
| 16 | 月 | ごはん | | | | | こめ | | 「まごわ やさしい」 こんだて | 593 27.0 |
| | | ぎゅうにゅう | | ぎゅうにゅう | | | | | | |
| | | さわらのこうみごまだれ | さわら | | | にんにく・しょうが・ねぎ | さとう・でんぶん | あぶら ごま | | |
| | | きんぴらごぼう | ハム | | にんじん さやいんげん | ごぼう | さとう | あぶら | | |
| 17 | 火 | とうにゅうみそしる | とうふ・とうにゅう みそ | わかめ | みずな | だいこん・えのきたけ | さといも | | 605 24.1 | |
| | | ちゅうかめん | | | | | ちゅうかめん | | | |
| | | ぎゅうにゅう | | ぎゅうにゅう | | | | | | |
| | | しょうゆラーメン (しる) | ぶたにく・なると | | | たまねぎ・キャベツ・ねぎ にんにく | | あぶら | | |
| 18 | 水 | あげぎょうざ・2こ | ぶたにく | | | キャベツ・たまねぎ・しょうが | さとう・こむぎこ | あぶら | 673 21.1 | |
| | | ナムル | | | チンゲンサイ にんじん | もやし | さとう | ごまあぶら | | |
| | | ごはん | | | | | こめ | | | |
| | | ぎゅうにゅう | | ぎゅうにゅう | | | | | | |
| 19 | 木 | ハヤシライス | ぎゅうにく | | にんじん・トマト | たまねぎ | じゃがいも・ハヤシルウ | あぶら | 629 21.3 | |
| | | オムレツ | たまご | | | | さとう・でんぶん | あぶら | | |
| | | れんこんサラダ | とりにく | | プロッコリー | れんこん・キャベツ とうもろこし | | ドレッシング | | |
| | | むぎごはん | | | | | こめ・おおむぎ | | | |
| 20 | 金 | ぎゅうにゅう | | ぎゅうにゅう | | | | | 564 22.1 | |
| | | ちくわのいそべあげ 1~3ねん: 2ほん 4~6ねん: 3ほん | ちくわ | あおのり | | | こめこ | あぶら | | |
| | | ひじきのいために | とりにく | ひじき | さやいんげん | | さとう | あぶら | | |
| | | さわにわん | ぶたにく | | にんじん・みずな | ごぼう・だいこん・こんにゃく えのきたけ | | | | |
| 21 | 火 | ココアあげパン | | | | | ロールパン・さとう | あぶら | 623 22.9 | |
| | | プチパン・5~6ねん | | | | | プチパン | | | |
| | | ぎゅうにゅう | | ぎゅうにゅう | | | | | | |
| | | ほうれんそうのソテー | ツナ | | ほうれんそう にんじん | キャベツ | | あぶら | | |
| 22 | 水 | ミートボールのホワイトシチュー | | スキムミルク ぎゅうにゅう | プロッコリー | たまねぎ・しめじ | じゃがいも こめこホワイトルウ | あぶら | 628 24.1 | だしを あじわうひ |
| | | くにくだんご> | とりにく・ぶたにく | | | たまねぎ | でんぶん | あぶら | | |
| | | ごはん | | | | | こめ | | | |
| | | ぎゅうにゅう | | ぎゅうにゅう | | | | | | |
| 23 | 木 | ヘルシーマーボードウフ | とうふ・みそ・だいす ぶたにく・ぶたレバー | | にんじん・にら | たまねぎ・しょうが・にんにく | さとう・でんぶん | あぶら | 667 26.2 | あうほ こんだて |
| | | パンサンダー | ハム | | チンゲンサイ | どうもろこし | はるさめ・さとう | ごまあぶら | | |
| | | きよみオレンジ | | | | きよみオレンジ | | | | |
| | | ごはん | | | | | こめ | | | |
| 24 | 火 | はるにしんのたつたあげ | にしん | | | しょうが | でんぶん | あぶら | 608 23.6 | |
| | | きりほしだいこんのいために | あぶらあげ | こんぶ | にんじん さやいんげん | きりほしだいこん | さとう | あぶら | | |
| | | のっぺいじる | とりにく | | | なめこ・ごぼう・ほししいたけ こんにゃく・ねぎ・だいこん | さといも・でんぶん | | | |
| | | くろロールパン | | | | | くろロールパン | | | |
| 25 | 水 | ぎゅうにゅう | | ぎゅうにゅう | | | | | 608 23.6 | |
| | | スパイシーチキン | とりにく | | | | でんぶん・こめこ | あぶら | | |
| | | やみつき！ フロッコリーのマヨベペロン | ベーコン | | プロッコリー | キャベツ・にんにく | | ノンエッグ マヨネーズ オリーブあぶら | | |
| | | コンソメスープ | ウインナー | | にんじん・パセリ | だいこん・しめじ・たまねぎ | | | | |
| 26 | 木 | ごはん | | | | | こめ | | | |
| | | ぎゅうにゅう | | ぎゅうにゅう | | | | | | |
| | | やさいはんぺん | たら・とうふ | | にんじん プロッコリー | キャベツ・たまねぎ | じゃがいも・さとう でんぶん | あぶら | | |
| | | いそかあえ | のり | | こまつな | もやし | さとう | | | |
| 27 | 金 | にくじゅが | ぶたにく | | にんじん さやいんげん | たまねぎ・こんにゃく | じゃがいも・さとう | あぶら | | |

◆お知らせ◆

- ①一宮市の給食では「そば・落花生」は、使用していません。
- ②2日、3日、5日、10日、16日、19日、24日、25日、27日のおかずの原材料には「卵・乳・小麦・えび・かに・くるみ」を含んでいません。
- ③献立予定表には主な材料のみ記載しています。食物アレルギー情報の詳細については、栄養教諭・栄養士にお問い合わせください。
- ④都合により献立が変更になる場合があります。

★給食レシピ紹介★

一宮市では、学校給食課のウェブページに「好評献立」を掲載しています。
給食の味を家庭でも再現できるように、分量や作り方が分かるようになっています。

