



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になる		中学年量を掲載	
		1群（たんぱく質） 魚・肉・卵 大豆・大豆製品	2群（カルシウム） 牛乳・乳製品 海藻 骨ごと食べる小魚	3群（カロテン） 色のこい野菜	4群（ビタミン・食物繊維） その他の野菜・きのこ・果物	5群（炭水化物） 米・パン・めん いも・砂糖	6群（脂質） 油脂類・種実類	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)
2月	ごはん					こめ		620	19.9
	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう						
	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		
	チャブチェ	ぶたにく		にら・にんじん	もやし	はるさめ・さとう	あぶら ごまあぶら		
	わかめスープ	ぎゅうにく	わかめ	チンゲンサイ	たまねぎ・だいこん				
3火	ごはん					こめ		637	27.2
	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう						
	いわしのかばやき	いわし				でんぶん・さとう	あぶら		
	ごもくにまめ	とりにく・だいず		にんじん さやいんげん	ごぼう	さとう	あぶら		
	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水	ごはん					こめ		605	28.6
	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう						
	あつやきたまご	たまご				さとう・でんぶん	あぶら		
	ひきにくとなつとうのいためもの	ぶたにく・なつとう みそ		にんじん	たけのこ	さとう	あぶら		
	とうふのすましじる	かまぼこ・とうふ		みつば	だいこん・えのきたけ				
	あじつけのり		のり						
5木	ごはん					こめ		619	26.4
	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう						
	てりやきハンバーグ	とりにく・ぶたにく			たまねぎ	さとう・でんぶん	あぶら		
	ごまあえ			ほうれんそう	もやし	さとう	ごま		
6金	ぶたじる	ぶたにく・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
	ソフトめん					ソフトめん			
	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう						
	やさしいたっぶりしおソフトめん（しる）	ぶたにく		にんじん チンゲンサイ	もやし・はくさい・ねぎ ほししいたけ・しょうが				
9月									
	がっこうだいきゅうび								
10火	むぎごはん					こめ・おおむぎ		609	25.0
	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう						
	さばのしおやき	さば					あぶら		
	れんこんとかぶのいためもの	ハム		かぶのは	れんこん・かぶ	さとう	あぶら		
	こんさいのかすじる	なまあげ・みそ		かぼちゃ・にんじん みずな	ごぼう・だいこん				
12木	ごはん					こめ		643	18.1
	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう						
	チキンカレー	とりにく		にんじん・トマト	たまねぎ・グリーンピース 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		
	フルーツヨーグルト		ヨーグルト			さとう			
	ぶくじんづけ			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			
13金	ごはん					こめ		637	23.2
	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう						
	コロッケ	ぶたにく・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		
	あかじそあえ			あかじそ	キャベツ・だいこん				
	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・ほししいたけ	でんぶん			



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（邪気）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、食べることで邪気を追い払うという意味があります。

応募献立 26日（木）

「やみつき！フロッコーのマヨベペロン」は、黒田小学校の児童が考えてくれた応募献立です。工夫したところは、愛知県でよくと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思い献立を考えました。

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！

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：主に体をつくるもとになる		緑：主に体の調子を整える		黄：主にエネルギーのもとになる		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)
		魚・肉・卵 大豆・大豆製品	牛乳・乳製品 海藻 骨ごと食べる小魚	色のこい野菜	その他の野菜・きのこ・果物	米・パン・めん いも・砂糖	油脂類・種実類		
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		
	とうにゅうみそしる	とうふ・とうにゅう みそ	わかめ	みすな	だいこん・えのきたけ	さといも			
17火	ちゅうかめん					ちゅうかめん		605 24.1	24.1
	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		
	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		
	ナムル			チンゲンサイ にんじん	もやし	さとう	ごまあぶら		
18水	ごはん					こめ		673 21.1	21.1
	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう						
	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		
	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		ブロッコリー	れんこん・キャベツ とうもろこし		ドレッシング		
19木	むぎごはん					こめ・おおむぎ		629 21.3	21.3
	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう						
	ちくわのいそべあげ 1〜3ねん：2ぼん 4〜6ねん：3ぼん	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・みすな	ごぼう・だいこん・こんにゃく えのきたけ				
20金	ココアあげパン					ロールパン・さとう	あぶら	564 22.1	22.1
	ブチパン・5〜6ねん					ブチパン			
	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		
	ミートボールのホワイトシチュー くにくだんご	とりにく・ぶたにく	スキムミルク ぎゅうにゅう	ブロッコリー	たまねぎ・しめじ	じゃがいも こめこホワイトルウ	あぶら		
24火	ごはん					こめ		623 22.9	22.9
	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう						
	ヘルシーマーボードウフ	とうふ・みそ・だいず 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		
	パンサンスー	ハム		チンゲンサイ	とうもろこし	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				
25水	ごはん					こめ		「だしを あじわう」	628 24.1
	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう						
	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		
	きりぼ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	きりぼしだいこん	さとう	あぶら		
	のっぺいじる	とりにく			なめこ・ごぼう・ほししいだけ こんにゃく・ねぎ・だいこん	さといも・でんぶん			
26木	くろロールパン					くろロールパン		「おうほ こんだて」	667 26.2
	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう						
	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！ブロッコリーのマヨペペロン	ベーコン		ブロッコリー	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				
27金	ごはん					こめ		608 23.6	23.6
	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 ブロッコリー	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			
	にくじゃが	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。
 - ② 2日、3日、5日、10日、16日、19日、24日、25日、27日のおかすの原材料には「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。

