

れいわ ねん  
令和8年

# 2月分学校給食献立表

桑名市教育委員会

A 群

物資の都合により献立を一部変更する場合があります。

| ひ<br>づ<br>け | よ<br>う<br>び | こんだてめい                                                                      | しょくひんめい                                              |                                                      |                                                      | エネルギー<br>(kcal) | たんぱく質<br>(g) |
|-------------|-------------|-----------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------|------------------------------------------------------|------------------------------------------------------|-----------------|--------------|
|             |             |                                                                             | あ か<br>からだをつくる                                       | き<br>もえてねつやちからをだす                                    | み ど り<br>からだのちょうしをととのえる                              |                 |              |
| 2           | 月           | ごはん はっこうにゅう<br>たいのあまずいため<br>はるさめサラダ                                         | はっこうにゅう たい<br>とりにくほぐし                                | ごはん でんぶ<br>じゃがいも あぶら さとう<br>はるさめ ドレッシング              | しょうが にんにく たまねぎ<br>にんじん れんこん ピーマン<br>はくさい もやし こまつな    | 643             | 21.9         |
| 3           | 火           | ごはん ぎゅうにゅう<br>いわしのピリからかばやき おかかあえ<br>ごまみそスープ<br>せつぶんまめ(小学校のみ)<br>ふりかけ(幼稚園のみ) | ぎゅうにゅう いわし<br>かつおぶし ぶたにく<br>とうふ あわせみそ<br>いりまめ(小学校のみ) | ごはん でんぶ<br>あぶら さとう<br>ごま ごまあぶら<br>ふりかけ(幼稚園のみ)        | はくさい もやし<br>たまねぎ だいこん にんじん<br>ねぎ                     | 651             | 28.3         |
| 4           | 水           | ウインナードッグ(パン<br>ウインナーケチャップ マヨキャベツ)<br>ぎゅうにゅう コーンクリームスープ<br>りんごゼリー            | ぎゅうにゅう ウインナー<br>とりにく                                 | パン さとう ゼリー<br>マヨネーズ じゃがいも<br>コーンクリームスープのもと           | キャベツ たまねぎ<br>にんじん<br>コーン パセリ                         | 651             | 24.8         |
| 5           | 木           | ごはん ぎゅうにゅう<br>こうやどうふいりツナそぼろ<br>じゃがいものみそしる<br>【まごわやさしいこんだて】                  | ぎゅうにゅう<br>まぐろあぶらづけ<br>こうやどうふ あつあげ<br>わかめ あわせみそ       | ごはん あぶら<br>さとう ごま<br>ごまあぶら じゃがいも                     | しょうが もやし にんじん<br>ほうれんそう<br>たまねぎ えのきたけ                | 588             | 25.3         |
| 6           | 金           | パン ぎゅうにゅう<br>てりやきハンバーグ<br>やさいとマカロニのソテー<br>とうにゅうスープ                          | ぎゅうにゅう<br>とりにく ぶたにく<br>とうにゅう                         | パン さとう<br>でんぶ マカロニ<br>あぶら じゃがいも                      | キャベツ コーン<br>にんにく たまねぎ<br>にんじん えだまめ                   | 618             | 28.7         |
| 9           | 月           | ごはん ぎゅうにゅう<br>ハヤシシチュー<br>スパゲッティサラダ                                          | ぎゅうにゅう ぎゅうにく<br>まぐろあぶらづけ                             | ごはん あぶら じゃがいも<br>ハヤシルウ さとう<br>スパゲッティ ドレッシング          | にんにく たまねぎ<br>にんじん えだまめ<br>キャベツ コーン                   | 684             | 24.4         |
| 10          | 火           | ごはん ぎゅうにゅう<br>かつおカツ あかじそあえ<br>ひじきまめのカレーふうみ                                  | ぎゅうにゅう かつお<br>ぶたひきにく<br>だいず ひじき                      | ごはん あぶら<br>こむぎこ パンこ<br>さとう                           | はくさい あかじそ<br>しょうが たまねぎ にんじん<br>コーン                   | 608             | 22.3         |
| 12          | 木           | ごはん ぎゅうにゅう<br>ゼリーフライ<br>チーズいりブロッコリーサラダ<br>かきたまじる                            | ぎゅうにゅう<br>チーズ たまご<br>とりにく とうふ<br>おから                 | ごはん あぶら<br>じゃがいも<br>ドレッシング<br>でんぶ                    | にんじん ブロッコリー<br>たまねぎ だいこん<br>えのきたけ ねぎ                 | 595             | 19.7         |
| 13          | 金           | ココアあげパン ぎゅうにゅう<br>チリコンカン こまつなとツナのサラダ<br>【アイアンメニュー】                          | ぎゅうにゅう きなこ<br>ぶたひきにく だいず<br>まぐろあぶらづけ                 | パン ぶどうとう<br>あぶら じゃがいも<br>さとう ココア ドレッシング              | しょうが にんにく たまねぎ<br>にんじん こまつな<br>もやし                   | 639             | 29.1         |
| 16          | 月           | ごはん ぎゅうにゅう<br>あじいりさんのわふうおろし<br>じゃがコーン ピーフンスープ                               | ぎゅうにゅう<br>まあじ みそ<br>とりにく                             | ごはん でんぶ<br>ドレッシング じゃがいも<br>あぶら ピーファン                 | だいこん コーン ねぎ<br>たまねぎ にんじん はくさい<br>ごぼう たけのこ            | 606             | 23.1         |
| 17          | 火           | ごはん ぎゅうにゅう<br>チキンカレー コーンサラダ<br>みかん 【ふるさとほっけんランチ】                            | ぎゅうにゅう<br>とりにく<br>まぐろあぶらづけ                           | ごはん あぶら<br>じゃがいも カレールウ<br>ドレッシング                     | しょうが にんにく たまねぎ<br>にんじん キャベツ<br>コーン みかん               | 658             | 22.2         |
| 18          | 水           | こがたパン ぎゅうにゅう<br>ほうとう<br>こざかないりにしょくフライビーンズ                                   | ぎゅうにゅう ぶたにく<br>あぶらあげ だいず<br>しんしゅうみそ こざかな             | パン ほうとう<br>でんぶ あぶら<br>さとう ごま                         | たまねぎ かぼちゃ はくさい<br>ほししいたけ こまつな<br>えだまめ                | 607             | 29.1         |
| 19          | 木           | ごはん ぎゅうにゅう<br>にくみそなっとう なばなのごまドレサラダ<br>とうふのすましじる<br>【ふるさとほっけんランチ】            | ぎゅうにゅう とりひきにく<br>なっとう まめみそ<br>まぐろあぶらづけ<br>とうふ あぶらあげ  | ごはん あぶら<br>さとう<br>ドレッシング                             | キャベツ なばな<br>たまねぎ にんじん<br>だいこん えのきたけ<br>ねぎ            | 599             | 24.3         |
| 20          | 金           | フルーツクリームサンド<br>(パン フルーツとうにゅうクリーム)<br>ぎゅうにゅう レモンハーブチキン<br>ミネストローネ            | ぎゅうにゅう<br>とりにく<br>ウインナー                              | パン あぶら<br>さとう じゃがいも<br>マカロニ でんぶ<br>とうにゅうクリーム         | おうとう みかん パイン<br>たまねぎ にんじん<br>キャベツ トマトジュース<br>レモン パセリ | 628             | 22.3         |
| 24          | 火           | わかめごはん ぎゅうにゅう<br>ぶりのしょうがに<br>ごまあえ そうへいじる                                    | ぎゅうにゅう わかめ<br>ぶり ぶたにく<br>とうふ あわせみそ                   | ごはん さとう<br>ごま あぶら                                    | しょうが はくさい<br>にんじん ごぼう だいこん<br>ほししいたけ ねぎ にんにく         | 614             | 28.2         |
| 25          | 水           | こがたパン ぎゅうにゅう<br>ペネアマトリチャーナ<br>だいずサラダ<br>【ワールドランチ:イタリア】                      | ぎゅうにゅう<br>ペーコン<br>チーズ だいず<br>まぐろあぶらづけ                | パン<br>ペネ あぶら<br>さとう<br>マヨネーズ                         | にんにく たまねぎ<br>にんじん しめじ ピーマン<br>トマトピューレ<br>キャベツ        | 586             | 25.6         |
| 26          | 木           | ごはん ぎゅうにゅう<br>ビビンバ<br>ぐいりワタンスープ                                             | ぎゅうにゅう ぶたにく<br>まめみそ たまご<br>ぎよにくすりみ とうふ               | ごはん あぶら でんぶ<br>さとう こむぎこ<br>ごま ごまあぶら                  | しょうが にんにく たまねぎ<br>もやし にんじん こまつな<br>チンゲンサイ ねぎ キャベツ    | 614             | 24.9         |
| 27          | 金           | こがたことうパン ぎゅうにゅう<br>みそラーメン<br>しゅうまい<br>だいこんサラダ                               | ぎゅうにゅう ぶたひきにく<br>とりにくほぐし<br>とりにく                     | パン ことう あぶら<br>でんぶ ちゅうかめん<br>ドレッシング ごまあぶら<br>こむぎこ パンこ | しょうが にんにく たまねぎ<br>はくさい もやし コーン<br>ねぎ だいこん<br>にんじん    | 608             | 27.2         |

れいわ ねん  
令和8年

# がつぶんがっこうきゅうしょくこんだてひょう 2月分学校給食献立表

桑名市教育委員会

物資の都合により献立を一部変更する場合があります。

B 群

| ひ<br>づ<br>け | よう<br>び | こんだてめい                                                                      | しょくひんめい                                              |                                                      |                                                      | エネルギー<br>(kcal) | たんぱく質<br>(g) |
|-------------|---------|-----------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------|------------------------------------------------------|------------------------------------------------------|-----------------|--------------|
|             |         |                                                                             | あ か<br>からだをつくる                                       | き<br>もえてねつやちからをだす                                    | み どり<br>からだのちょうしをととのえる                               |                 |              |
| 2           | 月       | ごはん ぎゅうにゅう<br>いわしのピリからかばやき おかかあえ<br>ごまみそスープ<br>せつぶんまめ(小学校のみ)<br>ふりかけ(幼稚園のみ) | ぎゅうにゅう いわし<br>かつおぶし ぶたにく<br>とうふ あわせみそ<br>いりまめ(小学校のみ) | ごはん でんぶ<br>あぶら さとう<br>ごま ごまあぶら<br>ふりかけ(幼稚園のみ)        | はくさい もやし<br>たまねぎ だいこん にんじん<br>ねぎ                     | 651             | 28.3         |
| 3           | 火       | パン ぎゅうにゅう<br>ハヤシシチュー<br>スパゲッティサラダ                                           | ぎゅうにゅう ぎゅうにく<br>まぐろあぶらづけ                             | パン あぶら じゃがいも<br>ハヤシルウ さとう<br>スパゲッティ ドレッシング           | にんにく たまねぎ<br>にんじん えだまめ<br>キャベツ コーン                   | 623             | 26.3         |
| 4           | 水       | ごはん ぎゅうにゅう<br>ゼリーフライ<br>チーズいりブロッコリーサラダ<br>かきたまじる                            | ぎゅうにゅう<br>チーズ たまご<br>とりにく とうふ<br>おから                 | ごはん あぶら<br>じゃがいも<br>ドレッシング<br>でんぶ                    | にんじん ブロッコリー<br>たまねぎ だいこん<br>えのきたけ ねぎ                 | 595             | 19.7         |
| 5           | 木       | こがたパン ぎゅうにゅう<br>ほうとう<br>こざかないりにしょくフライビーンズ                                   | ぎゅうにゅう ぶたにく<br>あぶらあげ だいず<br>しんしゅうみそ こざかな             | パン ほうとう<br>でんぶ あぶら<br>さとう ごま                         | たまねぎ かぼちゃ はくさい<br>ほししいたけ こまつな<br>えだまめ                | 607             | 29.1         |
| 6           | 金       | ごはん ぎゅうにゅう<br>あじいりさんのわふうおろし<br>じゃがコーン ビーフンスープ                               | ぎゅうにゅう<br>まあじ みそ<br>とりにく                             | ごはん でんぶ<br>ドレッシング じゃがいも<br>あぶら ビーフン                  | だいこん コーン ねぎ<br>たまねぎ にんじん はくさい<br>ごぼう たけのこ            | 606             | 23.1         |
| 9           | 月       | ごはん ぎゅうにゅう<br>こうやどうふいりツナそぼろ<br>じゃがいものみそしる<br>【まごわやさしいこんだて】                  | ぎゅうにゅう<br>まぐろあぶらづけ<br>こうやどうふ あつあげ<br>わかめ あわせみそ       | ごはん あぶら<br>さとう ごま<br>ごまあぶら じゃがいも                     | しょうが もやし にんじん<br>ほうれんそう<br>たまねぎ えのきたけ                | 588             | 25.3         |
| 10          | 火       | ココアあげパン ぎゅうにゅう<br>チリコンカン こまつなとツナのサラダ<br>【アイアンメニュー】                          | ぎゅうにゅう きなこ<br>ぶたひきにく だいず<br>まぐろあぶらづけ                 | パン ぶどうとう<br>あぶら じゃがいも<br>さとう ココア ドレッシング              | しょうが にんにく たまねぎ<br>にんじん こまつな<br>もやし                   | 639             | 29.1         |
| 12          | 木       | パン ぎゅうにゅう<br>てりやきハンバーグ<br>やさいとマカロニのソテー<br>とうにゅうスープ                          | ぎゅうにゅう<br>とりにく ぶたにく<br>とうにゅう                         | パン さとう<br>でんぶ マカロニ<br>あぶら じゃがいも                      | キャベツ コーン<br>にんにく たまねぎ<br>にんじん えだまめ                   | 618             | 28.7         |
| 13          | 金       | ごはん ぎゅうにゅう<br>チキンカレー コーンサラダ<br>みかん 【ふるさとぱんランチ】                              | ぎゅうにゅう<br>とりにく<br>まぐろあぶらづけ                           | ごはん あぶら<br>じゃがいも カレールウ<br>ドレッシング                     | しょうが にんにく たまねぎ<br>にんじん キャベツ<br>コーン みかん               | 658             | 22.2         |
| 16          | 月       | ごはん ぎゅうにゅう<br>ピピンパ<br>ぐいりワントンスープ                                            | ぎゅうにゅう ぶたにく<br>まめみそ たまご<br>ぎょにくすりみ とうふ               | ごはん あぶら でんぶ<br>さとう こむぎこ<br>ごま ごまあぶら                  | しょうが にんにく たまねぎ<br>もやし にんじん こまつな<br>チンゲンサイ ねぎ キャベツ    | 614             | 24.9         |
| 17          | 火       | こがたことうパン ぎゅうにゅう<br>みそラーメン<br>しゅうまい<br>だいこんサラダ                               | ぎゅうにゅう ぶたひきにく<br>とりにくほぐし<br>とりにく<br>まめみそ あわせみそ       | パン ことう あぶら<br>でんぶ ちゅうかめん<br>ドレッシング ごまあぶら<br>こむぎこ パンこ | しょうが にんにく たまねぎ<br>はくさい もやし コーン<br>ねぎ だいこん<br>にんじん    | 608             | 27.2         |
| 18          | 水       | ごはん ぎゅうにゅう<br>にくみそなっとう なばなのごまドレサラダ<br>とうふのすましじる<br>【ふるさとぱんランチ】              | ぎゅうにゅう とりひきにく<br>なっとう まめみそ<br>まぐろあぶらづけ<br>とうふ あぶらあげ  | ごはん あぶら<br>さとう<br>ドレッシング                             | キャベツ なばな<br>たまねぎ にんじん<br>だいこん えのきたけ<br>ねぎ            | 599             | 24.3         |
| 19          | 木       | フルーツクリームサンド<br>(パン フルーツとうにゅうクリーム)<br>ぎゅうにゅう レモンハーブチキン<br>ミネストローネ            | ぎゅうにゅう<br>とりにく<br>ウインナー                              | パン あぶら<br>さとう じゃがいも<br>マカロニ でんぶ<br>とうにゅうクリーム         | おうとう みかん パイン<br>たまねぎ にんじん<br>キャベツ トマトジュース<br>レモン パセリ | 628             | 22.3         |
| 20          | 金       | ごはん ぎゅうにゅう<br>かつおカツ あかじそあえ<br>ひじきまめのカレーふうみ                                  | ぎゅうにゅう かつお<br>ぶたひきにく<br>だいず ひじき                      | ごはん あぶら<br>こむぎこ パンこ<br>さとう                           | はくさい あかじそ<br>しょうが たまねぎ にんじん<br>コーン                   | 608             | 22.3         |
| 24          | 火       | ウインナードッグ(パン<br>ウインナーケチャップ マヨキャベツ)<br>ぎゅうにゅう コーンクリームスープ<br>りんごゼリー            | ぎゅうにゅう ウインナー<br>とりにく                                 | パン さとう ゼリー<br>マヨネーズ じゃがいも<br>コーンクリームスープのもと           | キャベツ たまねぎ<br>にんじん<br>コーン パセリ                         | 651             | 24.8         |
| 25          | 水       | わかめごはん ぎゅうにゅう<br>ぶりのしょうがに<br>ごまあえ そうへいじる                                    | ぎゅうにゅう わかめ<br>ぶり ぶたにく<br>とうふ あわせみそ                   | ごはん さとう<br>ごま あぶら                                    | しょうが はくさい<br>にんじん ごぼう だいこん<br>ほししいたけ ねぎ にんにく         | 614             | 28.2         |
| 26          | 木       | こがたパン ぎゅうにゅう<br>ペンネアマトリチャーナ<br>だいずサラダ<br>【ワールドランチ:イタリア】                     | ぎゅうにゅう<br>ペーコン<br>チーズ だいず<br>まぐろあぶらづけ                | パン<br>ペンネ あぶら<br>さとう<br>マヨネーズ                        | にんにく たまねぎ<br>にんじん しめじ ピーマン<br>トマトピューレ<br>キャベツ        | 586             | 25.6         |
| 27          | 金       | ごはん はっこうにゅう<br>たいのあまずいため<br>はるさめサラダ                                         | はっこうにゅう たい<br>とりにくほぐし                                | ごはん でんぶ<br>じゃがいも あぶら さとう<br>はるさめ ドレッシング              | しょうが にんにく たまねぎ<br>にんじん れんこん ピーマン<br>はくさい もやし こまつな    | 643             | 21.9         |



# 2月 きゅうしょくだより



昔から「美し国（美しく豊かな国）」と言われる三重県は、自然が豊かで、おいしい食材の宝庫です。桑名市をはじめ、三重県内では季節ごとに風土を活かしたさまざまな食材が収穫されています。

## たけのこ

桑名市の山は竹林が多く、えぐみの少ないおいしいたけのこがとれます。



## お茶

三重県で栽培にされたお茶は「伊勢茶」と呼ばれ、静岡県、鹿児島県に次いで第3位の生産量を誇ります。



## しじみ

桑名市の赤須賀地区には伊勢湾の海水と木曾三川の淡水が混じる漁場があり、おいしいしじみがとれます。



## なす トマト

津市や四日市市をはじめ、木曾岬町でも多くの農家がなすやトマトを栽培しています。



## こめ

「伊賀米」はコシヒカリのブランド米として有名で、他にもいろいろな種類の米が県内各地で栽培されています。給食はキヌヒカリを使っています。



## 大豆

主に松阪市で栽培されている「福豊」は豆腐、みそ、しょうゆ、納豆などの原料として、利用されています。



ここに紹介した食材はほんの一例です。ほかにたくさんの食材が収穫されています。

## みかん

東紀州の「南紀みかん」は広く知られています。桑名市の多度地区でも、おいしいみかんが栽培されています。



## なばな

「三重なばな」は三重県の伝統野菜で長島地区を中心に、県内各地で栽培されています。



## ◎たのしみひとしな ふるさと発見ランチ

「ふるさと発見ランチ」は、地元の良さをもっと知ってもらうために、桑名や三重県で生産された食材を給食に取り入れ、紹介しています。

☆19日（献立表A群）・18日（献立表B群）…桑名産の「なばな」を使った「なばなのごまドレサラダ」です。

☆17日（献立表A群）・13日（献立表B群）…三重県産の「みかん」です。

## ◎行事食：節分の行事食です。

☆3日（献立表A群）・2日（献立表B群）…いわしのピリ辛かば焼き、節分豆です。

## ◎まごわやさしい献立：まめ、ごま、わかめ（海藻類）、やさい、さかな、しいたけ（きのこ類）、いも類を使った献立です。

☆5日（献立表A群）・9日（献立表B群）…ごはん・牛乳・高野豆腐入りツナとほろ・じゃがいものみそ汁

## ◎アイアンメニュー：鉄分を多めにとれる料理が登場します。

☆13日（献立表A群）・10日（献立表B群）…「ココア焼パン」、「チリコンカン」、「小松菜とツナのサラダ」です。

## ◎ワールドランチ

☆25日（献立表A群）・26日（献立表B群）…イタリア料理の「ペンネアマトリチャーナ」です。



## 統一メニューについて

桑名・多度・長島地区それぞれ、給食を作る施設や機械器具に違いがありますが、部分的に同じメニューが出来るよう工夫して、月に数回程度、献立を統一します。今月は  の部分です。