



2026

2月の学校給食献立予定表

大洲市学校給食センター

日曜	配膳図	献立名	血や肉や骨になる	体の調子を整え病気を防ぐ	はたらく力や体温となる	(3・4年)	
						中学校	中学校
平野中 米飯リクエスト献立							
2月		白ご飯 牛乳	牛乳		米	637	328
		とりにくのレモン煮	鶏肉	とうもろこし レモン果汁	でん粉 油 砂糖		
		しそあえ		キャベツ もやし にんじん しそ	砂糖		
3月		白ご飯 牛乳	牛乳		米	606	501
		イワシの梅煮	イワシ	梅	砂糖 でん粉		
		ビーンズサラダ	大豆	きゅうり キャベツ たまねぎ	砂糖 油		
4月		白ご飯 牛乳	牛乳		米	625	265
		春巻き	豚肉 大豆粉	キャベツ にんじん とうもろこし たまねぎ しいたけ しょうが	小麦粉 水あめ 砂糖 油 でん粉 春雨		
		ブロッコリーサラダ	寒天	ブロッコリー 大根	砂糖 油		
5月		白ご飯 牛乳	牛乳		米	601	322
		小型パン 牛乳	牛乳 脱脂粉乳		パン 砂糖 油		
		ささみチーズフライ	鶏肉 チーズ		砂糖 パン粉 でん粉		
6月		白ご飯 牛乳	牛乳		米	616	333
		ちくわの更紗揚げ	ちくわ		小麦粉 でん粉 油		
		枝豆サラダ	カツオ節	枝豆 キャベツ 白菜 にんじん	砂糖		
7月		白ご飯 牛乳	牛乳		米	647	295
		かき揚げ	ハム 卵 乳	たまねぎ にんじん	さつまいも 小麦粉 でん粉 油		
		花野菜サラダ		ブロッコリー カリフラワー とうもろこし	砂糖 油		
8月		白ご飯 牛乳	牛乳		米	600	368
		イカフリッター	イカ 大豆粉		小麦粉 でん粉 油 パン粉		
		五色あえ	油揚げ	白菜 キャベツ きゅうり にんじん	砂糖		
9月		白ご飯 牛乳	牛乳		米	586	320
		コッペンパン 牛乳	牛乳 脱脂粉乳		パン 砂糖 油		
		キャベツメンチカツ	豚肉 鶏肉	キャベツ とうもろこし	パン粉 砂糖 油 小麦粉		
10月		白ご飯 牛乳	牛乳		米	679	366
		ポークシューマイ	豚肉	たまねぎ しょうが	パン粉 でん粉 砂糖 小麦粉 水あめ		
		ナムル		ほうれん草 キャベツ にんじん	ごま ごま油		
11月		白ご飯 牛乳	牛乳		米	811	402
		マーボー豆腐	豆腐 豚肉 鶏肉	たまねぎ にんじん ねぎ	砂糖 ごま油		
		赤みそ		しいたけ にんにく	でん粉 油		

16月		白ご飯 牛乳	牛乳		米	646	360
		魚の南蛮漬け	ホキ	たまねぎ にんじん	でん粉 砂糖		
17月		白ご飯 牛乳	牛乳		米	711	346
		揚げギョウザ	豚肉	キャベツ たまねぎ にら しょうが	でん粉 砂糖 小麦粉 油		
18月		白ご飯 牛乳	牛乳		米	645	406
		ほうれん草オムレツ	卵 マヨネーズ	ほうれん草	水あめ 砂糖 油 でん粉		
19月		白ご飯 牛乳	牛乳		米	616	363
		コッペンパン 牛乳	牛乳 脱脂粉乳		パン 砂糖 油		
20月		白ご飯 牛乳	牛乳		米	619	291
		酢豚	豚肉	にんじん たまねぎ れんこん しょうが トマト りんご果汁	でん粉 油 砂糖 はちみつ ごま油		
21月		白ご飯 牛乳	牛乳		米	629	350
		卵の花煮	おから 豚肉 鶏肉	ねぎ	こんにゃく 砂糖 油		
22月		白ご飯 牛乳	牛乳		米	609	336
		鶏肉の照り焼き	鶏肉	レモン果汁	砂糖		
23月		白ご飯 牛乳	牛乳		米	630	283
		ナムル		ほうれん草 キャベツ にんじん	ごま ごま油		
24月		白ご飯 牛乳	牛乳		米	629	350
		卵の花煮	おから 豚肉 鶏肉	ねぎ	こんにゃく 砂糖 油		
25月		白ご飯 牛乳	牛乳		米	609	336
		鶏肉の照り焼き	鶏肉	レモン果汁	砂糖		
26月		白ご飯 牛乳	牛乳		米	630	283
		ナムル		ほうれん草 キャベツ にんじん	ごま ごま油		
27月		白ご飯 牛乳	牛乳		米	629	350
		卵の花煮	おから 豚肉 鶏肉	ねぎ	こんにゃく 砂糖 油		
28月		白ご飯 牛乳	牛乳		米	609	336
		鶏肉の照り焼き	鶏肉	レモン果汁	砂糖		
29月		白ご飯 牛乳	牛乳		米	630	283
		ナムル		ほうれん草 キャベツ にんじん	ごま ごま油		
30月		白ご飯 牛乳	牛乳		米	629	350
		卵の花煮	おから 豚肉 鶏肉	ねぎ	こんにゃく 砂糖 油		
31月		白ご飯 牛乳	牛乳		米	609	336
		鶏肉の照り焼き	鶏肉	レモン果汁	砂糖		

* 材料の都合により、献立、材料を変更する場合がありますが、ご了承ください。

大豆から
できる食品

おから



豆乳



油揚げ



みそ



しょうゆ



生揚げ(厚揚げ)



姿を変える大豆を探そう！
今月の給食には姿を変えた大豆の仲間がかかれています。献立の中から探してみよう！

