

2026年 2月予定献立表

A献立(あすか野小,生駒南二小,生駒北小,生駒南小,壱分小,真弓小,鹿ノ台小)学校用  
生駒市教育委員会 生駒市立生駒北学校給食センター

## 立獻分節



季節を分けるという意味がある  
「節分」は、冬から春になる「立春」の前の日です。  
この日は「春から始まる新しい一年が、良い一年になりますように」と願い、災いや病気を鬼に見立てて、大豆やいわしを使って追い払い福を呼び込みます。

大豆を煎って作った節分の豆を、鬼にぶつけて追い払います。また、柊の枝に、焼いたいわしの頭をさした「柊いわし」は、家の玄関に立てることで、鬼がいわしの匂いを嫌がり、柊の葉のトゲトゲに刺さって退散するとされています。

節分献立では、「福豆」といわしのすり身を丸めたつみれ入りの「いわしのつみれ汁」を提供します。

生駒市立小学校給食メニュー									
節分献立		2月3日 節分							
季節を分けるという意味がある 「節分」は、冬から春になる「立春」の前の日です。 この日は「春から始まる新しい一年が、良い一年になりますように」と願い、災いや病気を鬼に見立てて、大豆やいわしを使って追い払い福を呼び込みます。					大豆を煎って作った節分の豆を、鬼にぶつけて追い払います。また、柊の枝に、焼いたいわしの頭をさした「柊いわし」は、家の玄関に立てることで、鬼がいわしの匂いを嫌がり、柊の葉のトゲトゲに刺さって退散するとされています。				
節分献立では、「福豆」といわしのすり身を丸めたつみれ入りの「いわしのつみれ汁」を提供します。					いこまでとれた くろまめだよ!				
日	献立名	材料名	栄養三色	アレルゲン	日	献立名	材料名	栄養三色	アレルゲン
4日 (水)	ごはん	ごはん	黄		2日 (月)	ごはん	ごはん	黄	
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう	赤	乳		ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう	赤	乳
	おでん	おでん	赤	鶏肉		とりてん	とりにく おろししょうが しろだし みりん てんぶらこ こめあぶら	赤	鶏肉
	ひじきふりかけ	ひじき	赤	鶏肉		ほうれんそうのおかかあえ	ほうれんそう もやし だしあしゅ かつおぶし	緑	小麦 大豆
	きんときにまめ	きんときにまめ	黄			いわしのつみれじる	いわしのつみれ あつあげ(小) たまねぎ にんじん えのきだけ だしのと うすくちょうゆ せいしゅ しお	赤	大豆
						ふくまめ	くろだいすのふくまめ	赤	大豆
							エネルギー 655kcal	たんぱく質 32.1g	
									エネルギー 569kcal
									たんぱく質 25.6g
日	献立名	材料名	栄養三色	アレルゲン	日	献立名	材料名	栄養三色	アレルゲン
9日 (月)	ごはん	ごはん	黄		5日 (木)	ごはん	ごはん	黄	
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう	赤	乳		ジョア(ブレーン)	ジョア(ブレーン)	赤	乳
	やさいしんじょう	やさいしんじょう	緑	大豆		マーボーどうふ	ぶたミンチ とうふ たまねぎ たけのこ にら にんじん こまあぶら おろししょうが おろしにんにく トウバンジャン あかもそ オイスターソース さんおんとう せいしゅ ちゅうかスープ こいくちょうゆ でんぶん	赤	豚肉
	かにまいいちゅうかんかけ	かにまいいちゅうかんかけ	赤 黄 緑 緑 黄	大豆 小麦 大豆		はるまき	はるまき ごまあぶら ちゅうかスープ こいくちょうゆ でんぶん	赤	大豆
	はるさめスープ	はるさめスープ	赤 黄 緑 緑 黄	大豆 小麦 大豆 鶏肉 鶏肉 小麦 大豆		みかんゼリー	みかんゼリー	緑	
							エネルギー 737kcal	たんぱく質 21.3g	
									エネルギー 607kcal
									たんぱく質 24.0g
日	献立名	材料名	栄養三色	アレルゲン	日	献立名	材料名	栄養三色	アレルゲン
13日 (金)	ごはん	ごはん	黄		10日 (火)	コッペパン	コッペパン	黄	
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう	赤	乳		ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう	赤	乳
	やさいしんじょう	やさいしんじょう	緑	大豆		さわらのクリスピーアゲ(2c)	さわらのクリスピーアゲ(2c)	赤 黄	大豆
	かにまいいちゅうかんかけ	かにまいいちゅうかんかけ	赤 黄 緑 緑 黄	小麦 かに 大豆		コーンとえだまめのソテー	とうもろこし えだまめ ブラックペッパー コンソメスープ ごまあぶら	緑 緑 黄	大豆
	はるさめスープ	はるさめスープ	赤 黄 緑 緑 黄	小麦 大豆 鶏肉 鶏肉 小麦 大豆		A B Cスープ	ベーコン にんじん たまねぎ キャベツ マカロニ(ABC) コンソメスープ うすくちょうゆ こしょう	赤 緑 緑 黄	小麦 大豆 鶏肉
						メープルジャム	メープルジャム	黄	
							エネルギー 566kcal	たんぱく質 24.3g	
									エネルギー 511kcal
									たんぱく質 24.1g
日	献立名	材料名	栄養三色	アレルゲン	日	献立名	材料名	栄養三色	アレルゲン
メニコンテスト こんだて	ごはん	ごはん	黄		12日 (木)	コッペパン	コッペパン	黄	
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう	赤	乳		ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう	赤	乳
	とりにくのりやき	とりにくのりやき	赤	鶏肉		タラのレモンソースかけ	タラのレモンソースかけ	赤 黄 緑 黄	大豆
	キャベツのごまぞあえ	キャベツのごまぞあえ	赤 黄 緑 緑 黄	ごまあぶら えのきだけ しろいりごま うすくちょうゆ さんおんとう みりん でんぶん		A B Cスープ	タラのレモンソースかけ ごまあぶら レモンじる さんおんとう こいくちょうゆ でんぶん	緑 緑 黄	小麦 大豆
	かぼちゃのとうにゅうみそスープ	かぼちゃのとうにゅうみそスープ	緑 黄 緑 緑 黄	ごまあぶら えのきだけ しろいりごま うすくちょうゆ さんおんとう みめず		オニオンスープ	オニオンスープ ベーコン たまねぎ にんじん ソテーオニオン マカロニ(シェル) コンソメスープ こしょう うすくちょうゆ	赤 緑 緑 黄	小麦 大豆 鶏肉
							エネルギー 566kcal	たんぱく質 24.3g	
									エネルギー 511kcal
									たんぱく質 24.1g
生駒市小学生メニューコンテスト									
テーマ：家族に食べてほしい野菜たっぷり朝食メニュー					「鶏とうふつくね」～あまからだれ～				
優秀賞 給食センター賞 受賞作品 生駒小学校 4年 加藤 紗那さん					【作り方】 ①たまねぎはみじん切りにし、とうふは水切りをする。 ②ボウルに鶏ミンチと①、片栗粉、塩を入れてよく混ぜ丸める。 ③フライパンに油を熱し、中火で両面を焼く。 ④たれの調味料★を混ぜ、③に加えて煮絡める。				
作品名：「15分でできる！やさいたっぷりエコごはん」					【材料】(5人分) ・鶏ミンチ 300g ・たまねぎ 1/2個 ・木綿どうふ 150g ・片栗粉 大さじ2 ・塩 少々 ・サラダ油 小さじ2 ・しょうゆ 大さじ2 ・みりん 大さじ2 ・さとう 大さじ1				
「かぼちゃの豆乳みそスープ」					【作り方】 ①かぼちゃとたまねぎを小さく切って煮る。 ②具がやわらかくなったら、豆乳と和風だしを加える。 ③火をとめ、みそをとく。				
【材料】(5人分) ・かぼちゃ 200g ・たまねぎ 1個 ・無調整豆乳 400ml ・和風だし 小さじ1 ・みそ 大さじ2 ・水 400ml					★				
「キャベツとにんじんのごまサラダ」					【作り方】 ①キャベツとにんじん、きゅうりを細切りにする。 ②耐熱ボウルに①を入れラップをし、電子レンジで1~2分加熱する。 ③ごま油とポン酢で和える。				
【材料】(5人分) ・キャベツ 1/4玉 ・にんじん 1本 ・きゅうり 1本 ・ごま油 大さじ1 ・ポン酢 大さじ2					献立の中から、「かぼちゃの豆乳みそスープ」が、給食用にアレンジされて、13日(金)に登場するよ!				
エネルギー 619kcal					13日(金)				

2026年 2

## 2月予定献立表



A献立(あすか野小,生駒南二小,生駒北小,生駒南小,壱分小,真弓小,鹿ノ台小)学校用  
生駒市教育委員会 生駒市立生駒北学校給食センター

日	献立名	材料名	栄養三色	アレルゲン	日	献立名	材料名	栄養三色	アレルゲン	日	献立名	材料名	栄養三色	アレルゲン					
16日 (月)	わかめごはん	ごはん わかめごはんのぐ	黄 赤	アレルゲン	17日 (火)	きなこあげパン	ミニコッペパン ごめあがら グラニーユーツ きなこ しお	黄 黄 黄 赤	アレルゲン	18日 (水)	ごはん	ごはん	黄 赤	アレルゲン					
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう	赤	アレルゲン		ぎゅうにゅう	ごめあがら グラニーユーツ きなこ しお	黄 黄 黄 赤	アレルゲン		ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう	赤	アレルゲン					
	あじフライ	あじフライ ごめあぶら	赤 黄	アレルゲン		イタリアンスパゲティ	スパゲティ ワイン たまねぎ にんじん ビーマン しめじ あかワイン しお こしょう トマトケチャップ ウスターーソース とんかつソース オリーブオイル	黄 赤 緑 緑 黄 赤	アレルゲン		だしまきたまご	だしまきたまご	赤	アレルゲン					
	にびたし	うすあげ こまつな にんじん だしのもと こいくちしようゆ みりん さんおんとう	赤 緑 緑 黄 黄	アレルゲン		ごぼうのマヨサラダ	ササミ ごぼう にんじん だしうり ノンエッグマヨネーズ	赤 緑 緑 黄	アレルゲン		かしわのすきやき	かしわのすきやき	赤 赤	アレルゲン					
	かすじる	ぶたにく だいこん さといも つきこんにゃく ねぎ みそ ごめあぶら さけかす せいしゅ だしのもと	赤 緑 黄 緑 赤 黄	アレルゲン		ブルーンヨーグルト	ブルーンヨーグルト	黄	アレルゲン		「かしわのすきやき」は ならけんの きょうどりょうりだよ!	「かしわのすきやき」は ならけんの きょうどりょうりだよ!	黄	アレルゲン					
		エネルギー 648kcal	たんぱく質 26.7g				エネルギー 630kcal	たんぱく質 22.7g				エネルギー 608kcal	たんぱく質 26.9g						
日	献立名	材料名	栄養三色	アレルゲン	日	献立名	材料名	栄養三色	アレルゲン	日	献立名	材料名	栄養三色	アレルゲン					
19日 (木)	ごはん	ごはん	黄	アレルゲン	20日 (金)	食育の日・わ食の日	石狩鍋	ごはん	ごはん	21日 (土)	食育の日・わ食の日	石狩鍋	ごはん	アレルゲン					
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう	赤	アレルゲン		ぶりのたつたあげ	ぶりのたつたあげ ごめあぶら	ごはん	ぎゅうにゅう		ぶりのたつたあげ	ぶりのたつたあげ ごめあぶら	黄	アレルゲン					
	ぶたどんぶりのぐ	ぶたにく たまねぎ グリンピース おろしうり こいくちしようゆ さんおんとう みりん せいしゅ でんぶん ごめあぶら	赤 緑 緑 黄	アレルゲン		きんぴらごぼう	きんぴらごぼう	緑 緑 黄	アレルゲン		きんぴらごぼう	きんぴらごぼう	赤	アレルゲン					
	いしかりなべ	さけ(角切) あつあげ(小) キヤベツ じゃがいも にんじん ラッキーにんじん しろみそ みそ せいしゅ でんぶん ごめあぶら	赤 赤 緑 黄 緑 赤 赤	アレルゲン		みぞれじる	みぞれじる	赤 赤 緑 緑 緑 黄	アレルゲン		みぞれじる	みぞれじる	赤	アレルゲン					
	しょくいのひ・わしょくのひ	ほつかいどうの きょうどりょうり ラッキーにんじん はいっているよ!	黄 黄	アレルゲン		北海道の石狩地域は、 江戸時代から鮭の地引網漁で 知られる地域です。	北海道の石狩地域は、 江戸時代から鮭の地引網漁で 知られる地域です。	黄	アレルゲン		エネルギー 646kcal	エネルギー 646kcal	たんぱく質 25.9g	アレルゲン					
	つばづけ	つばづけ	緑	アレルゲン															
		エネルギー 622kcal	たんぱく質 27.9g																
日	献立名	材料名	栄養三色	アレルゲン	日	献立名	材料名	栄養三色	アレルゲン	日	献立名	材料名	栄養三色	アレルゲン					
24日 (火)	コッペパン	コッペパン	黄	乳 小麦	25日 (水)	むぎいりごはん	ごはん むぎ	黄 黄	アレルゲン	26日 (木)	こめこパン	こめこパン	黄	アレルゲン					
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう	赤	乳		ジョア	ジョア(ストロベリー)	赤	アレルゲン		ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう	赤	アレルゲン					
	ハンバーグ	ハートがたハンバーグ	赤	大豆 鶏肉 豚肉		チキンカレー	とりにく だいす にんじん たまねぎ じゃがいも ななのかレールウ トマトケチャップ リンゴピューレ ウスターーソース コンソメスープ あかワイン こしよう ごめあぶら	赤 赤 緑 緑 緑 黄	アレルゲン		ホキのタルタルやき	ホキのタルタルやき ノンエッグタルタルソース	赤 赤 黄	アレルゲン					
	きのこのデミグラスソースに	しめじ えりんぎ まいたけ さんおんとう デミグラスソース トマトベースソース リングピューレ スープスツック こしよう しお	緑 緑 緑 黄	アレルゲン		れんこんのようふうソテー	れんこんのようふうソテー	緑 緑 黄	アレルゲン		れんこんのようふうソテー	れんこんのようふうソテー	緑	アレルゲン					
	はくさいのミルクスープ	ペーコン ごめあぶら しろワイン はくさい にんじん たまねぎ バセリ ぎゅうにゅう(調理用) だしぶんにゅう どうにゅう コンソメスープ しお こしよう	赤 黄	アレルゲン		とうふナゲット(2c)	とうふナゲット ごめあぶら	赤 黄	アレルゲン		ミネストローネ	ミネストローネ	赤 赤 緑 黄	アレルゲン					
		エネルギー 534kcal	たんぱく質 23.3g			かいそうサラダ	ツナ(油漬け) わかめ くきわかめ きゅうり わふうドレッシング	赤 赤 赤 赤 緑 黄	アレルゲン		エネルギー 689kcal	エネルギー 689kcal	たんぱく質 21.3g	アレルゲン					
日	献立名	材料名	栄養三色	アレルゲン	日	献立名	材料名	栄養三色	アレルゲン	日	献立名	材料名	栄養三色	アレルゲン					
27日 (金)	ごはん	ごはん	黄	アレルゲン	28日 (土)	【食品に関するアレルゲンについて】	アレルゲンに関しては、特定原材料(8品目)および特定原材料に準ずるもの(20品目)を記載します。加工品などに含まれるアレルゲンについては、食材納入業者より提出された書類を基に表示されているものを記載します。食品に関するアレルゲンは毎日確認してください。	ごはん	ごはん	29日 (日)	【献立のマークについて】	…地場産物(奈良県でとれたもの)を使っています。	…地場産物(生駒市でとれたもの)を使っています。	…カミカミ献立(よくかんで食べましょう)	…給食センター返却用のゴミ袋がつきます。	…スプーンがつきます。	…魚の日です。骨に注意して、よくかんで食べましょう。	…「ジョア」は飲用牛乳の代わりとして提供しています。	…給食アンケートのランキング結果です。
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう	赤	アレルゲン		表示義務づけ特定原材料 (8品目)	卵・乳・小麦・そば・ビーナッツ・えび・かに・くるみ	黄 赤	アレルゲン		ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう	赤	アレルゲン					
	かきあげ	やさいのかきあげ	緑	アレルゲン		特定原材料に準ずるもの (20品目)	あわび・いか・いくら・オレンジ・カシューナッツ・キウイフルーツ・牛肉・ごま・さけ・さば・大豆・鶏肉・パナナ・豚肉・もも・やまいも・りんご・ゼラチン・アーモンド・マカダミアナッツ	黄 赤 緑 黄	アレルゲン		ホキのタルタルやき	ホキのタルタルやき ノンエッグタルタルソース	赤 赤 黄	アレルゲン					
	くきわかめのいために	ぶたにく くきわかめ ごぼう にんじん こいくちしようゆ さんおんとう ごまあぶら しろいりごま	赤 赤 緑 緑 黄	アレルゲン		れんこんのようふうソテー	れんこんのようふうソテー	緑 緑 黄	アレルゲン		れんこんのようふうソテー	れんこんのようふうソテー	赤 赤 黄	アレルゲン					
	にゅうめん	ふしうめん かまぼこ うすあげ たまねぎ えのきたけ ねぎ だしがっさく うすくちしようゆ	黄 赤 赤 緑 緑 緑 黄	アレルゲン		ミネストローネ	たまねぎ ひよこまめ セロリ ニヨキ ホールトマト ごめあぶら コンソメスープ しお こしよう さんおんとう	黄 赤 緑 黄 黄	アレルゲン		ミネストローネ	ミネストローネ	赤 赤 緑 黄	アレルゲン					
		エネルギー 534kcal	たんぱく質 23.3g																
日	献立名	材料名	栄養三色	アレルゲン	日	献立名	材料名	栄養三色	アレルゲン	日	献立名	材料名	栄養三色	アレルゲン					
29日 (日)	ごはん	ごはん	黄	アレルゲン	30日 (月)	【献立のマークについて】	…地場産物(奈良県でとれたもの)を使っています。	…地場産物(生駒市でとれたもの)を使っています。	…カミカミ献立(よくかんで食べましょう)	31日 (火)	令和7年1月24日から2月6日に実施した給食アンケート (好きなメニュー)の上位3献立を反映しています。	…給食センター返却用のゴミ袋がつきます。	…スプーンがつきます。	…魚の日です。骨に注意して、よくかんで食べましょう。	…「ジョア」は飲用牛乳の代わりとして提供しています。	…給食アンケートのランキング結果です。			
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう	赤	アレルゲン		表示義務づけ特定原材料 (8品目)	卵・乳・小麦・そば・ビーナッツ・えび・かに・くるみ	黄 赤	アレルゲン		ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう	赤	アレルゲン					
	かきあげ	やさいのかきあげ	緑	アレルゲン		特定原材料に準ずるもの (20品目)	あわび・いか・いくら・オレンジ・カシューナッツ・キウイフルーツ・牛肉・ごま・さけ・さば・大豆・鶏肉・パナナ・豚肉・もも・やまいも・りんご・ゼラチン・アーモンド・マカダミアナッツ	黄 赤 緑 黄	アレルゲン		ホキのタルタルやき	ホキのタルタルやき ノンエッグタルタルソース	赤 赤 黄	アレルゲン					
	くきわかめのいために	ぶたにく くきわかめ ごぼう にんじん こいくちしようゆ さんおんとう ごまあぶら しろいりごま	赤 赤 緑 緑 黄	アレルゲン		れんこんのようふうソテー	れんこんのようふうソテー	緑 緑 黄	アレルゲン		れんこんのようふうソテー	れんこんのようふうソテー	赤 赤 黄	アレルゲン					
	にゅうめん	ふしうめん かまぼこ うすあげ たまねぎ えのきたけ ねぎ だしがっさく うすくちしようゆ	黄 赤 赤 緑 緑 緑 黄	アレルゲン		ミネストローネ	たまねぎ ひよこまめ セロリ ニヨキ ホールトマト ごめあぶら コンソメスープ しお こしよう さんおんとう	黄 赤 赤 緑 黄 黄	アレルゲン		ミネストローネ	ミネストローネ	赤 赤 黄	アレルゲン					
		エネルギー 674kcal	たんぱく質 19.7g																
									</										