

2026年 2月予定献立表

B献立(生駒台小、猿口小、生駒東小、生駒小、桜ヶ丘小)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          |  |
|------------|-------------|--|--------------------------------------|----------------|------------|-----------------|--|--------------------------------------|-------------------------|--|--------------------------|--|--------------------------------------|----------------|--|
| 2日<br>(月)  | ごはん         | ごはん  | 黄                                    |                | 3日<br>(火)  | コッペパン           | コッペパン  | 黄                                    | 乳 小麦                    | 4日<br>(水)  | 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                       |  | ぎゅうにゅう                   | ぎゅうにゅう   | 赤                                    |                |  |
|            | おでん         | とりにく<br>あつあげ(大)<br>ボールさつまあげ<br>かこんにゃく<br>じゃがいも<br>だいこん<br>にんじん<br>ざらめ<br>だしのと<br>せいしゅ<br>こいくちしようゆ    | 赤<br>赤<br>赤<br>黄<br>黄<br>緑<br>緑<br>黄 | 鶏肉<br>大豆       |            | さわらのクリスピーあげ(2c) | さわらクリスピー<br>ごめあぶら  | 赤<br>黄                               | 大豆                      |  | とりてん                     | とりにく<br>おろしうが<br>しろだし<br>みりん<br>てんぶらこ<br>ごめあぶら                                   | 赤                                    | 鶏肉             |  |
|            | ひじきふりかけ     | ひじき<br>ちりめんじやこ<br>しほこんぶ<br>かつおぶし<br>しろいりごま<br>こいくちしようゆ<br>さんおんどう<br>みりん<br>せいしゅ<br>こめず               | 赤<br>赤<br>赤<br>黄                     | 小麦 大豆          |            | コーンヒュームのソテー     | どうもろこし<br>えだまめ<br>ブラックペッパー<br>コンソメスープ<br>ごめあぶら   | 緑<br>緑                               | 大豆                      |  | ほうれんそうのおかかあえ             | ほうれんそう<br>もやし<br>だいしょゆ<br>かつおぶし  | 緑<br>緑                               | 小麦 大豆          |  |
|            | きんときにまめ     | きんときにまめ  | 黄                                    |                |            | さば              | ベーコン<br>にんじん<br>たまねぎ<br>キャベツ<br>マロニ(ABC)<br>コンソメスープ<br>うすくちしようゆ<br>こしよう                                  | 黄                                    | 豚肉                      |  | いわしのつみれじる                | いわしのつみれ<br>あつあげ(小)<br>たまねぎ<br>にんじん<br>えのきたけ<br>だしのと<br>うすくちしようゆ<br>せいしゅ<br>しお    | 赤<br>赤<br>緑<br>緑<br>緑                | 小麦 大豆          |  |
|            |             | エネルギー<br>621kcal   | たんぱく質<br>24.9g                       |                |            | A B C スープ       | メープルジャム  | 黄                                    |                         |  | せつぶんこんだて                 | ふくまめ   | さば                                   | 小麦 大豆          |  |
|            |             |  |                                      |                |            |                 |  |                                      |                         |  | ふくまめ                     | いこまでとれた<br>くまめだよ!  | 赤                                    | 大豆             |  |
|            |             |  |                                      |                |            |                 |  |                                      |                         |  | 6                        |  | エネルギー<br>655kcal                     | たんぱく質<br>32.1g |  |
| 5日<br>(木)  | ごはん         | ごはん  | 黄                                    |                | 6日<br>(金)  | ごはん             | ごはん  | 黄                                    |                         | 7日<br>(土)  | 節分献立                     | 2月3日<br>節分   |                                      |                |  |
|            | ぎゅうにゅう      | ぎゅうにゅう   | 赤                                    | 乳              |            | ジョア             | ジョア(ブレーン)  | 赤                                    | 乳                       |  | 季節を分けるという意味がある           |  |                                      |                |  |
|            | さばのしおやき     | しおさば   | 赤                                    | さば             |            | マーボーどつぶ         | ぶたミンチ<br>とうふ<br>たまねぎ<br>たけのこ<br>にら<br>にんじん<br>ごまあぶら<br>おろししょうが<br>おろしにんにく<br>トウバンジャン<br>あわみそ<br>オイスターソース | 赤<br>赤<br>緑<br>緑<br>緑<br>緑<br>赤<br>黄 | 豚肉<br>大豆                | ごま   | 「節分」は、冬から春になる「立春」の前の日です。 |  |                                      |                |  |
|            | きりぼし大いこんのもの | きりぼし大いこん<br>にんじん<br>カットいんげん<br>しいたけ<br>うすあげ<br>さんおんどう<br>うすくちようゆ<br>こいくちしようゆ<br>みりん<br>だしのと<br>ごめあぶら | 緑<br>緑<br>緑<br>緑<br>赤<br>黄           | 大豆             |            | さば              | さば   | 赤<br>黄                               | 大豆 小麦 大豆                | 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。                                    |                          |  |                                      |                |  |
|            | みそしる        | さいも<br>しめじ<br>やきふ<br>たまねぎ<br>ねぎ<br>みそ<br>だしのと  | 黄<br>黄<br>緑<br>黄<br>緑<br>赤<br>黄      | 小麦<br>大豆<br>さば |            | はるまき            | はるまき<br>ごめあぶら<br>みかんゼリー  | 黄<br>綠<br>黃<br>綠<br>綠                | 小麦 大豆 鶏肉 豚肉 ごま<br>小麦 大豆 | 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。 |                          |  |                                      |                |  |
|            |             | エネルギー<br>607kcal   | たんぱく質<br>24.0g                       |                |            |                 |  |                                      |                         | 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。   |                          |  |                                      |                |  |
|            |             |  |                                      |                |            |                 |  |                                      |                         |  |                          |  |                                      |                |  |
|            |             |  |                                      |                |            |                 |  |                                      |                         |  |                          |  |                                      |                |  |
| 9日<br>(月)  | ごはん         | ごはん  | 黄                                    |                | 10日<br>(火) | コッペパン           | コッペパン  | 黄                                    | 乳 小麦                    | 11日<br>(水)   | 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                       |  | ぎゅうにゅう                   | ぎゅうにゅう   | 赤                                    |                |  |
|            | ぶりのたつあげ     | ぶりのたつあげ  | 赤<br>黄                               | 小麦 大豆          |            | ハムステーキ          | ボロニアステーキ   | 赤                                    | 鶏肉 豚肉                   |  | ハンバーグ                    | ハンバーグ  | 赤                                    |                |  |
|            | きんひらごぼう     | ごぼう<br>にんじん<br>つきこんにゃく<br>だしのと<br>さんおんどう<br>こいくちようゆ<br>ごまあぶら<br>しろいりごま                               | 緑<br>緑<br>黄                          | さば             |            | さといもサラダ         | さといも<br>にんじん<br>どうもろこし<br>パセリ<br>だいしょゆ<br>ノンエッグマヨネーズ   | 黄<br>綠<br>綠<br>綠<br>綠                | 小麦 大豆                   |  | きのこのデミグラスソースに            | しめじ<br>えりんぎ<br>まいたけ<br>さんおんどう<br>デミグラスソース  | 緑<br>綠<br>綠<br>黄                     |                |  |
|            | みぞれじる       | とりにく<br>うすあげ<br>にんじん<br>えのきたけ<br>みずな<br>だいこんおろし<br>だしのと<br>うすくちようゆ<br>せいしゅ<br>ごめあぶら                  | 赤<br>赤<br>緑<br>緑<br>緑<br>緑<br>緑<br>黄 | 鶏肉<br>大豆       |            | コンソメスープ         | ぶたにく<br>かぶ<br>たまねぎ<br>チングンサイ<br>えりんぎ<br>コンソメスープ<br>こしよう<br>うすくちようゆ<br>しろワイン<br>ごめあぶら                     | 赤<br>綠<br>綠<br>綠<br>綠<br>綠<br>綠<br>黃 | 豚肉                      | 小麦 大豆 鶏肉   | はくさいのミルクスープ              | はくさい<br>ごめあぶら<br>しろワイン<br>はくさい<br>にんじん<br>たまねぎ<br>パセリ<br>きゅうにゅう(調理用)             | 赤<br>黃                               |                |  |
|            |             | エネルギー<br>646kcal   | たんぱく質<br>25.9g                       |                |            |                 |  |                                      |                         |  |                          | 赤<br>黃   |                                      |                |  |
|            |             |  |                                      |                |            |                 |  |                                      |                         |  |                          | 赤<br>黃   |                                      |                |  |
|            |             |  |                                      |                |            |                 |  |                                      |                         |  |                          | 赤<br>黃   |                                      |                |  |
| 13日<br>(金) | ごはん         | ごはん  | 黄                                    |                | 14日<br>(土) | わかめごはん          | わかめごはん   | 黄                                    | 乳 小麦                    | 15日<br>(日)   | ごめこパン                    | ごめこパン  | 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                       |  | ぎゅうにゅう                   | ぎゅうにゅう   | 赤                                    |                |  |
|            | かきあげ        | やさいのかきあげ   | 緑<br>黄                               | 小麦 大豆          |            | あじフライ           | あじフライ  | 赤<br>黄                               | 小麦 大豆                   |  | ホキのタルタルやき                | ホキのタルタルやき  | 赤<br>黄                               |                |  |
|            | くわかめのいたために  | ぶたにく<br>くわかめ<br>ごぼう<br>にんじん<br>こいくちようゆ<br>さんおんどう<br>ごまあぶら<br>しろいりごま                                  | 赤<br>赤<br>緑<br>緑<br>黄<br>黄           | 豚肉             |            | にびたし            | うすあげ<br>こまつな<br>にんじん<br>だいのと<br>こいくちようゆ<br>みりん<br>さんおんどう   | 赤<br>綠<br>綠<br>綠<br>綠<br>綠           | 大豆                      |  | れんこんのようふうソテー             | れんこん<br>どうもろこし<br>オリーブオイル<br>こいくちようゆ<br>おろしにんにく                                  | 緑<br>綠<br>綠<br>黄                     |                |  |
|            | にゅうめん       | ふしそうめん<br>かまぼこ<br>うすあげ<br>たまねぎ<br>えのきたけ<br>ねぎ<br>だしパック<br>うすくちようゆ                                    | 黄<br>赤<br>赤<br>緑<br>緑<br>緑<br>緑<br>黄 | 小麦<br>大豆       |            | かすじる            | ぶたにく<br>だいこん<br>さといも<br>つきこんにゃく<br>ねぎ<br>みそ<br>ごめあぶら<br>さけかず<br>せいしゅ<br>だいのと                             | 赤<br>綠<br>綠<br>綠<br>綠<br>綠<br>綠<br>黃 | 豚肉                      | さば   | ミネストローネ                  | たまねぎ<br>ひよこめ<br>セロリ<br>ニヨキ<br>ホールトマト<br>ごめあぶら<br>コンソメスープ<br>しお<br>こしよう<br>さんおんどう | 緑<br>赤<br>綠<br>綠<br>綠<br>綠<br>綠<br>黃 |                |  |
|            |             | エネルギー<br>674kcal   | たんぱく質<br>19.7g                       |                |            |                 |  |                                      |                         |  |                          | 緑<br>赤<br>綠<br>綠<br>綠<br>綠<br>綠<br>黃   |                                      |                |  |
|            |             |  |                                      |                |            |                 |  |                                      |                         |  |                          | 緑<br>赤<br>綠<br>綠<br>綠<br>綠<br>綠<br>黃   |                                      |                |  |
|            |             |  |                                      |                |            |                 |  |                                      |                         |  |                          | 緑<br>赤<br>綠<br>綠<br>綠<br>綠<br>綠<br>黃   |                                      |                |  |

