

令和8年(2026年)2月分 学校給食献立表

立獻校小
茨木市教育委員會

えいようさんしょく き ショウヒン
<栄養三色> 黄…おもにエネルギーのもとになる食品
赤…おもに体をつくるもとになる食品

みどりからだちょうしどとのしょくひん
緑…おもに体の調子を整えるもとになる食品

ごはん		ごはん		低	1食(161)	黄		ごはん		ごはん		低	1食(161)	黄		ごはん		ごはん		低	1食(161)	黄								
5 日 (木)	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう		低	1食(184)	黄		ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう	低	1食(184)	黄		ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう	低	1食(184)	黄		ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう	低	1食(207)	黄						
	おでん	とりにく	30	中	1食(207)	高		はくさいとぶたにくの 二豆流(にとうりゅう) あんかけ	はくさい ぶたにく なまあげ(サイコロ) だいぞう(れいとう) にんじん あおねぎ さとう こいくちしょうゆ だしけずり うすくちしょうゆ	高	1本(206)	赤	20	赤	20	赤	20	赤	20	赤	20	赤	30	赤	30					
	かくぎりこんぶ	1						天王小学校	トック	低	1食(161)	黄		天王小学校	トック	低	1食(161)	黄		天王小学校	トック	低	1食(161)	黄						
	さとう	2						たまねぎ	たまねぎ	中	1食(184)	高		天王小学校	たまねぎ	中	1食(184)	高		天王小学校	たまねぎ	中	1食(184)	高						
	みりん	1						チンゲンサイ	チンゲンサイ	高	1食(207)			天王小学校	チンゲンサイ	高	1食(207)			天王小学校	チンゲンサイ	高	1食(207)							
	こいくちしょうゆ	3						にんじん	にんじん	低				天王小学校	にんじん	低				天王小学校	にんじん	低								
	だしけずり	2						うすくちしょうゆ	うすくちしょうゆ	中				天王小学校	うすくちしょうゆ	中				天王小学校	うすくちしょうゆ	中								
	うすくちしょうゆ	2						こしうけずり	こしうけずり	高				天王小学校	こしうけずり	高				天王小学校	こしうけずり	高								
	もやしのピリからいため	もやし	50					だしけずり	だしけずり	低				天王小学校	だしけずり	低				天王小学校	だしけずり	低								
	にんじん	15						だしけずり	だしけずり	中				天王小学校	だしけずり	中				天王小学校	だしけずり	中								
6 日 (金)	さとう	0.3						だしけずり	だしけずり	高				天王小学校	だしけずり	高				天王小学校	だしけずり	高								
	こいくちしょうゆ	0.5						だしけずり	だしけずり	低				天王小学校	だしけずり	低				天王小学校	だしけずり	低								
	トウバンジャン	2						だしけずり	だしけずり	中				天王小学校	だしけずり	中				天王小学校	だしけずり	中								
	ごまあぶら	0.05						だしけずり	だしけずり	高				天王小学校	だしけずり	高				天王小学校	だしけずり	高								
	なたねあぶら	0.3						だしけずり	だしけずり	低				天王小学校	だしけずり	低				天王小学校	だしけずり	低								
	なたねあぶら	0.5						だしけずり	だしけずり	中				天王小学校	だしけずり	中				天王小学校	だしけずり	中								
	もやし	50						だしけずり	だしけずり	高				天王小学校	だしけずり	高				天王小学校	だしけずり	高								
	にんじん	15						だしけずり	だしけずり	低				天王小学校	だしけずり	低				天王小学校	だしけずり	低								
	さとう	0.3						だしけずり	だしけずり	中				天王小学校	だしけずり	中				天王小学校	だしけずり	中								
	こいくちしょうゆ	0.5						だしけずり	だしけずり	高				天王小学校	だしけずり	高				天王小学校	だしけずり	高								
9 日 (月)	566	21.6	1.4	289	20.8	199	0.25	0.48	25	6.7	573	23	1.6	327	1.7	268	0.4	0.46	15	3.2	572	24.9	2.8	367	2.5	347	0.3	0.54	25	3.8

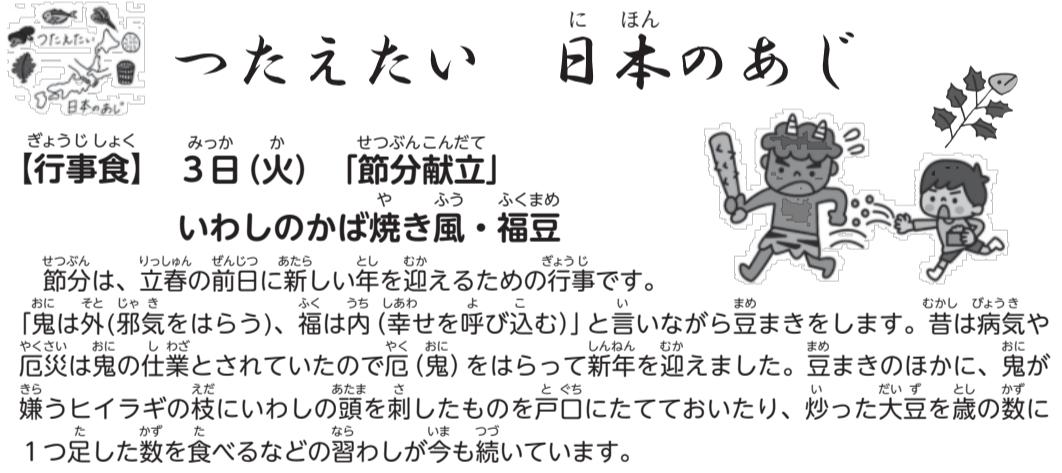
日 (月)	きなこパン	コッペパン		低 中 高	1食(45) 1食(60) 1食(75)	黄 黄 黄	ごはん	ごはん		低 中 高	1食(115) 1食(138) 1食(161)	黄 赤 黄	おおきいコッペパン	コッペパン		低 中 高	(75) (89) (104)	黄 赤 黄										
		なたねあぶら	9				ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう	1本(206)					17	日 (火)	ごぼうとツナのサラダ	ささがきごぼう	1本(206)	赤									
16 日 (月)	ぎゅうにゅう オープンやき	きなこ	8	1本(206)	20 30 10 0.3 0.01	赤 黄 緑 黄 黄	にくうどん	ぎゅうにく	20	1本(206)	赤	18	日 (水)	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう	1本(206)	赤											
		さとう	5				さとう	さとう	1					てりやきハンバーグ	ハンバーグ	1個(50)	赤 黄											
		しお	0.1				さけ	さけ	0.5					みりん	みりん	2	2											
		こしょう	0.01				こいくちしょうゆ	こいくちしょうゆ	2					でんぶん	でんぶん	0.2	0.2											
		オリーブオイル	2				うどん(れいとう)	うどん(れいとう)	80					みず	みず	1.5	1.5											
	キャベツのスープ	キャベツ	30	30 30 10 5 4.8 0.01	緑 緑 緑 緑 緑 130	黄 黄 黄 黄 黄	にんじん	にんじん	10	1本(206)	赤 緑 緑 緑 黄	18	日 (水)	こめこマカロニスープ	こめこマカロニ	8	黄 赤 緑 緑 緑											
		たまねぎ	30				あおねぎ	あおねぎ	5					シルダーベーコン	シルダーベーコン	10	10											
		にんじん	10				みりん	みりん	1					たまねぎ	たまねぎ	30	30											
		えのきたけ	5				うすくちしょうゆ	うすくちしょうゆ	5					にんじん	にんじん	15	15											
		うすくちしょうゆ	4.8				だしけずり	だしけずり	2					ホールコーン	ホールコーン	10	10											
	607	こしょう	0.01				だしこんぶ	だしこんぶ	0.2					パセリ	パセリ	0.5	0.5											
		けずりびし	2				だしじる	だしじる	150					うすくちしょうゆ	うすくちしょうゆ	5	5											
		だしこんぶ	0.2				ささがきごぼう	ささがきごぼう	20					しお	しお	0.1	0.1											
		だしじる	130				まぐろオイルづけ	まぐろオイルづけ	15					こしょう	こしょう	0.01	0.01											
		なたねあぶら	130				にんじん	にんじん	10					だしけずり	だしけずり	2	2											
	21.8	2.7	301	1.9	225	0.3	0.49	32	5.3	556	22.7	2.1	268	1.2	231	0.22	0.45	7	4.2	582	27.1	3.5	300	1.9	210	0.44	0.56	20

令和8年(2026年)2月分 学校給食献立表

えいようさんしょく き・おもにエネルギーのもとになる食品 しょくひん あか・おもに体をつくるもとになる食品 からだ しょくひん みどり・おもに体の調子を整えるもとになる食品 からだ ちようし ととの しょくひん

実施日	献立名	食品名	1人分量(g)	栄養三色	実施日	献立名	食品名	1人分量(g)	栄養三色	実施日	献立名	食品名	1人分量(g)	栄養三色																
19 日 (木)	なめし <small>えんぞうひろしまな・しお・さとう・すいさんかカルシウム</small>	なめし	低1食(162) 中1食(186) 高1食(209)	黄	20 日 (金)	ごはん	ごはん	低1食(161) 中1食(184) 高1食(207)	黄	24 日 (火)	ごはん	ごはん	低1食(161) 中1食(184) 高1食(207)	黄																
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう	1本(206)	赤		ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう	1本(206)	赤		ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう	1本(206)	赤																
	ちぐさやき	たまご みりん しお ささみフレーク たまねぎ にんじん あおねぎ ほししいたけ さとう うすくちしょうゆ しお なたねあぶら	40 0.5 0.1 赤 緑 緑 黄 10 10 10 3 0.5 0.5 1 0.1 1	赤		くじらノルウェーふう	くじら つちしょうが さけ こいくちしょうゆ でんぶん なたねあぶら ケチャップ ウスターーソース さとう	60 1 1 1 12 3 5 3 2	赤 緑 黄 黄 黄 黄 黄 黄		さばのピリッとジャン	さば あおねぎ つちしょうが ににく さとう さけ す こいくちしょうゆ トウパンジャン みず	1切(60)	赤 緑 緑 黄																
	とうふのみそしる	とうふ(れいとう) あぶらあげ たまねぎ にんじん あおねぎ わかめ りゅうおうみそ にぼし にぼしだし	25 5 20 10 5 1.4 11 3 130	赤 赤 緑 緑 黄 赤 赤 赤 赤 黄		かんこくふうスープ	わかめ ごまあぶら ショルダーバーコン たまねぎ にんじん はくさいのキムチ あおねぎ しろごま うすくちしょうゆ こしょう だしけずり だしじる	1.4 0.3 10 20 10 10 5 4.5 0.01 2 130	赤 黄 赤 緑 緑 黄 黄 黄 黄 黄		いなかふうみそしる	さつまいも じゃがいも あぶらあげ こんにゃく えのきたけ にんじん あおねぎ りゅうおうみそ にぼし にぼしだし	15 15 5 12 10 10 5 10 3 130	黄 黄 赤 緑 緑 赤																
	596	25.4	2.9	404	2.3	322	0.22	0.54	8	2.9	610	30.8	2.6	268	2.4	165	0.27	0.56	12	1.7	693	27.5	2.6	353	2.3	186	0.29	0.6	14	4
	おおきいコッペパン	コッペパン	低1食(75) 中1食(89) 高1食(104)	黄	ごはん	ごはん	低1食(161) 中1食(184) 高1食(207)	黄	ごはん	ごはん	低1食(161) 中1食(184) 高1食(207)	黄																		
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう	1本(206)	赤	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう	1本(206)	赤	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう	1本(206)	赤																		
	クリームシチュー	とりにく しろワイン じゃがいも たまねぎ にんじん パセリ ぎゅうにゅう こむぎこ バター なたねサラダあぶら しお こしょう とりがらスープ なたねあぶら	20 1 50 50 20 1 30 5 2 2 0.6 0.01 35 1	赤 黄 緑 緑 黄 赤 黄 赤 黄 黄 黄 黄 黄 黄 黄	ぶたにくのしょうがやき	ぶたにく つちしょうが さけ うすくちしょうゆ たまねぎ みりん こいくちしょうゆ でんぶん なたねあぶら	50 0.5 1 1 20 1 3 0.3 0.5	赤 緑 黄 绿 黄 黄 黄 黄	はるさめととりにくのいためもの	はるさめ とりにく つちしょうが さけ たまねぎ たけのこ にんじん あおねぎ さとう こいくちしょうゆ しお こしょう なたねあぶら	5 20 0.5 1 20 10 10 5 0.5 2.5 0.1 0.01 0.5	黄 赤 緑 緑 黄																		
	やさいサラダ	キャベツ にんじん ホールコーン	40 15 10	緑 緑 綠	たぬきじる	さつまあげ こんにゃく だいこん えのきたけ にんじん あおねぎ つちしょうが うすくちしょうゆ でんぶん けずりぶし にぼし だしじる	10 24 20 10 10 5 0.5 4.8 1 1 130	赤 綠 綠 綠 綠 綠 綠 綠 綠 黃	はくさいとだいのたまごのサンラータンふうスープ	はくさい だいの(れいとう) でんぶん ぶたにく つちしょうが さけ さとう す うすくちしょうゆ しお こしょう ポークスープ なたねあぶら	30 10 20 0.5 10 0.5 1 1 2 4.5 0.1 0.01 130 0.5	黄 赤 黄 赤 綠 綠 黃																		
	わふうドレッシング	わふうドレッシング	クラス1本	黄	541	26.5	2	294	1.4	158	0.66	0.51	9	2.5	559	24.3	1.6	279	1.3	204	0.3	0.51	12	3						

今月の脂肪エネルギー比：27.7%



このマークの献立は、2回目の揚げ油を使用しています。

- 3日(火)「いわしのかば焼き風」は、1月19日(月)の「米粉の揚げたこやき」を揚げた油を使用しています。
- 20日(金)「くじらノルウェー風」は、16日(月)の「きなこパン」を揚げた油を使用しています。

今月の野菜

2月の米、龍王みそ、にんじん(4日、5日、6日、12日、13日、18日、19日、20日、25日、26日)は茨木市産を使用する予定です。



このマークの献立は卵(鶏・うずら)除去食の日です

- 12日(木) 親子煮(鶏卵)
- 19日(木) 干草焼き(鶏卵)
- 27日(金) 白菜と大豆の卵の酸辣湯風スープ(鶏卵)

このマークの献立は牛乳(おかず)・乳製品除去食の日です

- 2日(月) ヨーグルトあえ(ヨーグルト)
- 9日(月) 野菜たっぷり！！バターコーンみそ汁(バター)
- 25日(水) クリームシチュー(牛乳・バター)

今月使用する食品の原材料

※表示規定のあるアレルギー物質(28品目)食物アレルギーへの対応が必要な場合は、学校から個別に配付される資料もご確認ください。

プレーンヨーグルト	肉団子	福豆	スパゲティ	たまごぬ	卵抜きマヨネーズ	ごぼう天	なまあ	生揚げ	ゆかりのふりかけ
生乳	豚肉	大豆	こむぎ	こむぎ	食用植物油脂(菜種)	豆乳	豆乳	豆乳	塩蔵赤しそ赤
スターター水	小麦粉	イースト	砂糖	水	粉末状植物性たんぱく質	香辛料	酵母エキス	砂糖	食塩
品質改良剤	パン粉	砂糖	食塩	※大豆	増粘剤(加工でんぶん(とうもろこし))	香辛料抽出物	水	酵母エキス	味噌
※乳	品質改良剤	砂糖	食塩	※小麦	キサンタンガム	香辛料	加工でんぶん(キャッサバ)	味噌	梅酢
フライドポテト	まぐろオイル漬	ハンバーグ	米粉マカロニ	みかんジュース	てんぐさ(粉寒天)	なめしの具	ささみフレーク	白菜のキムチ	和風ドレッシング
じゃがいも	きはだまぐろ	たまねぎ	でんぶん(キャッサバ)	こむぎ	寒天	水	白菜	白菜のキムチ	わふう
植物油脂(パーム)	なたね	玉ねぎ	じゃがいも	米粉	うんじゅうみかん	水	大根	大根	和風ドレッシング
※乳	植物油脂(パーム)	食塩	じゃがいも	とうもろこし	かんじん	水	豆乳	豆乳	和風ドレッシング
		水	ポテトフレーク	砂糖	水	水	豆乳	豆乳	和風ドレッシング
			香辛料	食塩	水	水	豆乳	豆乳	和風ドレッシング
			※鶏肉		※鶏肉	昆布	豆乳	豆乳	和風ドレッシング



リサイクル適性⑧

この印刷物は、印刷用の紙へリサイクルできます。