

令和8年


2月学校給食予定献立表

苫前町学校給食共同調理場

月	火	水	木	金
ビビンバ丼 苫前町産ななつぼし・米粒麦・豚肉・にんにく 大豆ミート・ごま・てんさい糖・酒 豆板醤・八丁味噌・ごま油・醤油 もやし・人参・ほうれん草・本みりん	わかめごはん 苫前町産ななつぼし・わかめごはんの素 さつまいもの味噌汁 さつまいも・長葱・えのきだけ・昆布・かつお節・味噌 はんぺんチーズフライ 魚肉すりみ・液卵白・砂糖・塩・チーズ 油・植物油脂・酸酵調味料・パン粉・水あめ パンサンスウ ハム・緑豆春雨・胡瓜・人参・キャベツ・醤油・油 てんさい糖・醤油・酢・ごま油 節分豆 大豆・砂糖・小麦粉・黒糖液・寒梅粉ミックス	ごはん(苫前町産ななつぼし) 小松菜と厚揚げの味噌汁 小松菜・厚揚げ・長葱・昆布・かつお節・味噌 和風おろしハンバーグ ハンバーグ(鶏肉・豚肉・牛肉・玉葱・植物油 豚脂・パン粉・砂糖・塩・ぶどう糖) 醤油・てんさい糖・大根 チョレギ風サラダ もやし・豆苗・わかめ・人参・ごま・やきのり チョレギドレッシング(酢・食用植物油脂・砂糖類 塩・長葱・ガーリックペースト・ごま・醤油)	チキンカレー 苫前町産ななつぼし・米粒麦・鶏肉 バター・にんにく・生姜・油・粉チーズ じゃがいも・人参・玉葱・牛乳 カレールウ・カレー粉・ブルーベリー 福神漬 大根・茄子・れんこん・なた豆・しそ 砂糖・塩・醤油・ぶどう糖果糖液糖 フルーツヨーグルト プレーンヨーグルト・スキムミルク・黄桃缶 みかん缶・パイナップル	京風うどん Pうどん・鶏肉・人参・ほうれん草・長葱 干しいだけ・赤かまぼこ・本みりん・唐辛子 錦糸卵・白しょうゆ・昆布・かつお節 揚げたて焼き たて焼き・中濃ソース・油 パンパンジーサラダ キャベツ・胡瓜・もやし・鶏肉・ごま・パンパンジーソース サキサキチーズ 生乳・塩・調味料・乳酸
2	3	4	5	6
626 Kcal 22.1 g 17.4 g 2.4 g	694 kcal 25.8 g 23 g 3.3 g	576 Kcal 23.9 g 21 g 2.3 g	718 Kcal 20.9 g 20.1 g 2 g	601 Kcal 32 g 23.7 g 4.7 g
739 Kcal 26.5 g 19.7 g 2.9 g	818 kcal 29.5 g 25.1 g 3.8 g	745 Kcal 29.6 g 25.2 g 3 g	843 Kcal 24.2 g 23.8 g 2.5 g	720 Kcal 38.6 g 27.9 g 6 g
ごはん(苫前町産ななつぼし) キャベツの味噌汁 キャベツ・油揚げ・昆布・かつお節・味噌 鯖カツ旨味ソースがけ 鯖・小麦粉・パン粉・油・塩 胡椒・てんさい糖・醤油・本みりん 豚しゃぶサラダ 豚肉・玉葱・胡瓜・豚しゃぶのたれ(りんご) 苫前中なし	ピタパン 小麦粉・ショートニング・砂糖・パン酵母・塩 ポトフ じゃがいも・ウィンナー・人参・醤油 玉葱・キャベツ・コンソメ・塩・胡椒 バーベキューソースチキン 鶏肉・塩・胡椒・りんご・酒 てんさい糖・醤油・レモン汁 コールスロー キャベツ・コーン・ハム・マヨネーズ・酢・てんさい糖	建国記念の日	ごはん(苫前町産ななつぼし) 鶏団子汁 鶏肉・大豆ミート・鶏卵・玉葱・大根 味噌・人参・長葱・ごぼう・生姜・小麦粉 パン粉・本みりん・醤油・かつお節・昆布 いわしの味噌煮 いわし・砂糖・味噌・酸酵調味料 もやしと小松菜のごま和え 小松菜・もやし・人参 ごま・醤油・てんさい糖	醤油ラーメン Pラーメン・豚肉・玉葱・昆布・酒・ラード めんま・なると・長葱・人参・白菜・もやし・胡椒 とりがら・豚骨・醤油ラーメンたれ(りんご) 上田ファームの揚げかぼちゃ団子 かぼちゃ・てん粉・脱脂粉乳 砂糖・塩・油 枝豆
9	10		12	13
632 Kcal 24.6 g 25.3 g 2.1 g	568 Kcal 27.5 g 30.4 g 2.8 g	11	621 Kcal 29.9 g 22 g 2.6 g	662 Kcal 30.7 g 25 g 2.9 g
— Kcal — g — g — g	714 kcal 34.1 g 38.2 g 3.7 g		770 Kcal 35.7 g 24.5 g 3.1 g	767 Kcal 35.4 g 29.7 g 3.7 g
ごはん(苫前町産ななつぼし) にらたま汁 鶏卵・にら・でん粉・昆布・かつお節・味噌 西京チキンカツ 鶏肉・西京味噌・小麦粉・パン粉・塩・胡椒・油 切り干し大根煮 切り干し大根・人参・かまぼこ・ひじき・だし汁 ごま・本みりん・醤油・油・てんさい糖	こぎつねごはん 苫前町産ななつぼし・油揚げ・ひじき 人参・ごぼう・しょうゆ・料理酒 てんさい糖・本みりん・バター・油 豆腐となめこの味噌汁 豆腐・なめこ・長葱・かつお節・昆布・味噌 焼きメンチカツ キャベツ・豚肉・鶏肉・玉葱・豚脂・砂糖・パン粉 白菜のおひたし 白菜・かつお節・うすくちしょうゆ	ごはん(苫前町産ななつぼし) わかめスープ わかめ・ごま・長葱・ごま油・中華だし・コンソメ 塩・胡椒・干しいだけ・鶏ガラスープ・うすくち醤油 チンジャオロース 豚肉・筍・ピーマン・油・でん粉 カラビーマン・チンジャオロースたれ ハムとビーフンのサラダ ハム・ビーフン・胡瓜・てんさい糖 酢・ごま油・醤油	ごはん(苫前町産ななつぼし) おでん 大根・うすら卵・こんにゃく・竹輪 おとうふがんも・人参・かつお節 てんさい糖・うすくち醤油・本みりん・昆布 苫前町産かじかのから揚げ かじか・からあげ粉・醤油・酒・砂糖・にんにく・胡椒・油 磯和え ほうれん草・もやし・人参・醤油・ごま油 焼きのり・てんさい糖	ミートソーススパゲティ Pスパゲティ・豚肉・てんさい糖・グチャップ 人参・ピーマン・胡椒・大豆ミート・粉チーズ トマト缶・中濃ソース・バター・玉葱 しいだけ・にんにく・オリーブ油・コンソメ シーザーサラダ コーン・枝豆・キャベツ・胡瓜 シーザードレッシング・胡椒・クルトン ライ麦パン 小麦粉・ライ麦・小麦全粒粉・砂糖・イースト・塩 ミルメークココア 砂糖・ココア・塩・ぶどう糖・香料
16	17	18	19	20
622 Kcal 28.6 g 18.7 g 2.6 g	519 Kcal 18.3 g 15.9 g 2.6 g	602 Kcal 23.9 g 21.8 g 1.7 g	638 Kcal 33.5 g 19 g 2.7 g	689 Kcal 28.6 g 19.3 g 2.2 g
761 Kcal 33 g 21.9 g 2.7 g	715 kcal 26.4 g 25.4 g 2.9 g	748 Kcal 28.5 g 25.4 g 2.1 g	809 Kcal 38.8 g 22.5 g 3.2 g	826 Kcal 34.4 g 22.6 g 3.1 g
天皇誕生日	ミルクちゃんパン 小麦粉・砂糖・卵・ココナッツ・生乳・塩・イースト コーンポタージュ コーン・クリームコーン・玉葱・バター・油 ベーコン・牛乳・クリームポタージュのもと さつまいものクロック さつまいも・砂糖・パン粉・小麦粉・マーガリン 塩・油・ごま・マッシュポテト ツナサラダ ツナ・キャベツ・人参・ブロッコリー ごまドレッシング	ごはん(苫前町産ななつぼし) 大根とわかめの味噌汁 大根・わかめ・昆布・かつお節・味噌 鮭のごま味噌焼き 鮭・ごま・味噌 てんさい糖・本みりん じゃがいものそぼろ煮 じゃがいも・豚肉・焼き竹輪・油・醤油 人参・干しいだけ・大豆ミート・生姜 てんさい糖・本みりん・だし汁	ポークカレー 苫前町産ななつぼし・米粒麦・豚肉 バター・にんにく・生姜・油・粉チーズ じゃがいも・人参・玉葱・牛乳 カレールウ・カレー粉・ブルーベリー 福神漬 大根・茄子・れんこん・なた豆・しそ 砂糖・塩・醤油・ぶどう糖果糖液糖 カクテルゼリー和え りんごゼリー・桃ゼリー・ぶどうゼリー・豆乳ゼリー 甘夏みかん缶・みかん缶・パイナップル	かきたまうどん Pうどん・鶏卵・干しいだけ・でん粉・塩 てんさい糖・鶏肉・長葱・人参・ほうれん草 なると・醤油・本みりん・昆布・かつお節・唐辛子 青のりポテト フライドポテト・塩・青のり・油 チョコクレープ 豆乳・加工油脂・米粉・砂糖 水あめ・ココアパウダー・油
	24	25	26	27
23	672 Kcal 24.9 g 29.8 g 2.6 g	567 Kcal 29.5 g 15.1 g 2.2 g	703 Kcal 19.8 g 17.7 g 1.7 g	618 Kcal 19.7 g 26.9 g 3.8 g
	802 kcal 30 g 34.5 g 3.3 g	707 Kcal 33.3 g 16.7 g 2.8 g	851 Kcal 23.2 g 20.7 g 2.3 g	742 Kcal 23.3 g 31.2 g 4.9 g


※牛乳は毎日つきます。物資の都合により予告なしに献立が変更になる場合がありますのでご了承願います。

学校給食に関するご意見・ご要望・ご不明な点等がありましたら給食調理場TEL(65)4690または古丹別小学校TEL(65)4004
栄養士までお願いします。



節分

節分とは、もともと立春、立夏、立秋、立冬の前の白のことで、季節のかわる節日の白です。現在は立春の前の白だけをいうようになりました。節分には豆まきをします。災いや病気を鬼に見立てて、豆をまくことで追い払い、福を呼び込みます。「鬼は外、福は内」のかけ声で豆まきをしますが、この時のかけ声は、地域によって違いがあります。



小6・中3の卒業生リクエスト給食を取り入れていきます。3月も予定しています。黄色で示しているものはリクエストメニューです。

上段→小学生/13歳 - 蛋白質 脂質 塩分
下段→中学生/13歳 - 蛋白質 脂質 塩分