

令和8年

2月 学校給食予定献立表

※ 圈は後期課程のみ、つきます

河東地区学校給食センター

月	火	水	木	金
2	3 節分献立	4	5 かわわん献立 いのちのレッド	6
ちゅうかサラダ むしシューマイ 幼: 1c 前後2c ごはん まーぼーどうふ	幼: ボーコ 前後: ふくまめ しおこんぶづけ めひかりのからあげ 幼: 1c 前: 2c 後: 3c わかめごはん ざくざくじる	しらぬい (デコポン) ごぼうサラダ ピザトースト きのこみそスープ	ミニゼリー りんごサラダ ハンバーグオーロラやき あかもいいりご飯 トマトとたまごのスープ いのちのレッド~けが・病気・事故を予防して 一つだけの大切な命を守よ	おかかえ にくだんご (福島県産豚肉使用) 幼: 1c・前後2c ちゅうかめん カレーラーメンスープ
9	10	11	12 バレンタイン献立	13
おひたし てづくりふりかけ ごはん とんじる	給食がありません。 幼: 弁当持参 前期: スキー教室 後期: 期末テスト	建国記念日 	デザート (幼: ミニゼリー) やさいサラダ ♥ハンバーグ (幼ハンバーグ) ごはん コンソメスープ	デザート パンパンジーサラダ エビにらまんじゅう2c うどん キムたまうどんスープ 三幼・河東学園前期 なし
16	17	18 いい歯の日献立	19 食育の日	20 ミラノコレティナ オリンピック献立
しらぬい (デコポン) ひじきいため ピーマン肉詰フライ (ソース) (幼: メンチ) ごはん すましる	チーズ (幼なし) こまつなサラダ チャウダーには貝はいれません。 チキンライス クラムチャウダー	しらぬい (デコポン) かみかみサラダ ココアトースト こんさいスープ	あじつけのり おひたし さけのかおりやき ごはん にらのトマトキムチスープ ふくしま健康応援献立	ビーンズサラダ パリツォーネ (幼ナゲット2c) スパゲティ クリームスープ
23	24	25 前期(後期9年)リクエスト献立 「栄養バランスがそろったご飯の日献立」	26	27
天皇誕生日 	幼: ミニゼリー 前後: ヨーグルト かいそうサラダ ごはん チキンこんさいカレー	幼前: ミニゼリー マカラニサラダ 後: ゼリー とりのからあげ キムチごはん みそしる	ふりかけ くきわかめのきんぴら たまごやき ごはん なめこじる	カクテキづけ もちごめにくだんご2c ちゅうかめん タンメンスープ 三幼 なし
毎日の給食を、インスタグラムにて紹介しています！ぜひ、ご覧になってみてください。	【かわわんかみかみ献立について】 毎月8(歯)のつく日は、かみごたえのある献立内容の「かわわんかみかみ献立」を実施します。 よくかんで食べると、虫歯や食べ過ぎの予防、脳の活性化、消化吸収を助けるなど、良い効果がたくさんあります。 ぜひ、普段の食事でも、よくかんで食べるようにしてほしいです。	【食育の日献立について】 毎月19日は「食育の日」です。 郷土愛を育むために、地場産物を使った料理や、会津の郷土料理を取り入れた「食育の日献立」を毎月19日前後に実施します。また、減塩の日として毎月17日前後に献立を実施したいと思っています。	【日本列島味めぐり 献立について】 日本各地の食文化に関心を持ってもらうために、各都道府県の特産品を使った料理や、郷土料理を取り入れた「日本列島味めぐり献立」を毎月実施します。	

※毎月1日（または1のつく日）に、河東学園公式キャラクター「かわわん」のポンチョの9色にちなんだ「かわわん献立」を実施します。

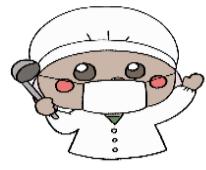
※9色のうちのどれか1色にちなんだ料理や食品が入っています。何色かは毎月、お楽しみに！

※物価高騰により、主食・主菜・副菜・汁物・デザート・牛乳に使用するすべての食材費が値上がりしています。

量が少なかったり、1品少ない場合があるかもしれません。ご理解くださるよう、よろしくお願い申し上げます。



※今月は、倉道の斎藤 淑子さんの「ねぎ」、塩庭の武田直人さんの「たまねぎ・ねぎ・だいこん」を使います。(太字)



2月予定献立表

日曜	主食	牛乳	おかず	血や肉や骨のもとになる		体の調子をよくする		熱や力のもとになる		調味料	栄養価			給食お休みのお知らせ	
				1群	2群	3群	4群	5群	6群		(幼)	(前)	(後)		
2月	ごはん	○	むしシューマイ 幼1c 前後2c	肉類・魚卵類・豆類	乳類・小魚海藻類	緑黄色野菜	淡色野菜・果物	穀類・いも類	油脂類	塩こうじ	エネルギー(kcal)	508	695	817	マスクをつけて健康管理
			ちゅうかサラダ まーぼーどうふ	たまご 豚肉 豆腐 ハム(卵無)		人参	ねぎ きゅうり キャベツ しいたけ	片栗粉 はるさめ きび砂糖	米サラダ油 ごま油		たんぱく質(g)	19.0	25.1	29.0	
3火	わかめごはん	○	せつぶんこんひで 部分献立 めひかり めひかり	めひかり	油揚げ 大豆 するめ うち豆	塩昆布	人参	だいこん ごぼう さといも 幼ボーロ	米 大豆白絞油	酢 塩 しょうゆ	エネルギー(kcal)	436	579	702	豆まきをして邪気払い
			めひかり めひかり めひかり	めひかり めひかり めひかり	あかひかり	あかひかり	人参	だいこん ごぼう さといも 幼ボーロ	米 大豆白絞油	甜面露 豆板醤	たんぱく質(g)	18.0	26.2	31.4	
4水	ピサトースト	○	ごぼうサラダ きのこミソスープ しらぬい(デコポン)	ソナ 鶏肉 ベーコン(卵無) 豆腐	茎わかめ チーズ	人参	だいこん ねぎ しらぬい たまねぎ ごぼう キャベツ えだまめ しめじ しいたけ	パン きび砂糖	米サラダ油	ケチャップ 酢 塩	エネルギー(kcal)	487	624	773	手洗いうがいを忘れずに
			かわわん献立 いのちレッド安全救急処置	鶏肉 ハンバーグ ベーコン(卵無) 豆腐 たまご		人参 バブリカ トマト缶 チンゲンサイ	パプリカ トマト缶 チンゲンサイ	たまねぎ きゅうり キャベツ ゼリー	赤米 片栗粉	ビザソース 調油 胡椒	たんぱく質(g)	26.4	32.8	40.2	
5木	赤米ごはん	○	かわわん献立 いのちレッド安全救急処置 ハンバーグオーロラやき りんごサラダ トマトとたまごのスープ ミニゼリー	ハンバーグオーロラやき りんごサラダ トマトとたまごのスープ ミニゼリー					エッグフリー マヨネーズ	エネルギー(kcal)	541	632	743	手洗いを忘れずに	
			かわわん献立 いのちレッド安全救急処置	トマト缶 チンゲンサイ					コンソメ 胡椒	たんぱく質(g)	19.6	22.3	25.9		
6金	ちゅうかめん	○	カレーラーメンスープ 福島県産豚肉肉団子 幼1c前後2c おかかあえ	豚肉 馬肉 なると 肉団子 かつおぶし		人参 プロッコリー	たまねぎ ねぎ	めん	米サラダ油	カレールウ 鶏豚湯	エネルギー(kcal)	562	694	883	手洗いを忘れずに
			カレーラーメンスープ 福島県産豚肉肉団子 幼1c前後2c おかかあえ	豚肉 馬肉 なると 肉団子 かつおぶし		トマト缶 プロッコリー	たまねぎ ねぎ	めん	米サラダ油	しょうゆ	たんぱく質(g)	23.6	29.7	36.5	
9月	ごはん	○	手作りぶりかけ とりにくのてりやき おひたし とんじる	鶏肉 肋肉 かつおぶし	ちりめん 塩昆布	人参 こまつな	もやし なめこ だいこん ごぼう こんにゃく ねぎ	米 ごま きび砂糖	酒 しょうゆ	エッグフリー マヨネーズ	エネルギー(kcal)	438	594	708	手洗いを忘れずに
			手作りぶりかけ とりにくのてりやき おひたし とんじる	鶏肉 肋肉 かつおぶし	ちりめん 塩昆布	人参 こまつな	もやし なめこ だいこん ごぼう こんにゃく ねぎ	米 ごま きび砂糖	コンソメ 胡椒	たんぱく質(g)	10.8	18.2	20.6		
10火		第三幼稚園(弁当持参) 河東学園前期 河東学園後期		給食がありません。										11(水) 建国記念日	
12木	ごはん	○	バレンタイン献立 ハートハンバーグ(幼ハンバーグ) 野菜サラダ コンソメスープ デザート	ハンバーグ ツナ ベーコン(卵無)	人参 プロッコリー	たまねぎ キャベツ カリフラワー	米 きび砂糖	ソース ケチャップ	エヘルギー(kcal)	519	719	814	休日は、おうちでも牛乳を飲みましょう。	三幼 河東学園前期	
			バレンタイン献立 ハートハンバーグ(幼ハンバーグ) 野菜サラダ コンソメスープ デザート	ハンバーグ ツナ ベーコン(卵無)	人参 プロッコリー	たまねぎ キャベツ カリフラワー	じゅがいも はくさい	米サラダ油	たんぱく質(g)	18.9	25.0	27.3	休日は、おうちでも牛乳を飲みましょう。		
13金	うどん	○	キムたまうどんスープ えびにらまんじゅう(点心) バンバンジーサラダ デザート	豚肉 鶏肉 えびにら饅頭 たまご	人参 にら	ねぎ もやし キムチ	めん 片栗粉	ごま	エヘルギー(kcal)	909				三幼 河東学園前期	
			キムたまうどんスープ えびにらまんじゅう(点心) バンバンジーサラダ デザート	豚肉 鶏肉 えびにら饅頭 たまご	人参 にら	ねぎ もやし キムチ	きび砂糖	ごま油	たんぱく質(g)	37.8					
16月	ごはん	○	ピーマン肉詰めフライ(幼メンチ) ひじきいため すまじる しらぬい(デコポン)	肉詰めフライ(幼メンチ) 鶏肉 うち豆 豆腐 なると	人参 ひじき	ごぼう こまつな	米 きび砂糖	大豆白絞油	エヘルギー(kcal)	538	670	839	おうちでも野菜を食べましょう。	おうちでも野菜を食べましょう。	
			ピーマン肉詰めフライ(幼メンチ) ひじきいため すまじる しらぬい(デコポン)	肉詰めフライ(幼メンチ) 鶏肉 うち豆 豆腐 なると	人参 ひじき	ごぼう こまつな	はくさい えのきだけ しらぬい	米 きび砂糖	ソース みりん	たんぱく質(g)	20.0	23.8	29.8		
17火	チキンライス	○	こまつなサラダ クラムチャウダー(貝なし) チーズ(幼なし)	鶏肉 ウィンナー ハム(卵無) 豆乳 ベーコン(卵無)	人参 前後チーズ 生クリーム	たまねぎ えだまめ マッシュルーム きゅうり キャベツ コーン	米 じゃがいも 米粉	ルウ 胡椒 塩	エヘルギー(kcal)	530	696	828		おうちでも野菜を食べましょう。	
			こまつなサラダ クラムチャウダー(貝なし) チーズ(幼なし)	鶏肉 ウィンナー ハム(卵無) 豆乳 ベーコン(卵無)	人参 前後チーズ 生クリーム	たまねぎ えだまめ マッシュルーム きゅうり キャベツ コーン	きび砂糖	米サラダ油	たんぱく質(g)	17.8	24.1	27.2			
18水	ココアトースト	○	はい歯の日献立 かみかみサラダ 根菜スープ しらぬい(デコポン)	鶏肉 うち豆 ツナ	人参 ちりめん	たまねぎ しづく きゅうり だいこん れんこん	米 きび砂糖 グラニュー糖 ミルクココア	マーガリン 胡椒 コンソメ	エヘルギー(kcal)	450	596	720	おうちでも野菜を食べましょう。	おうちでも野菜を食べましょう。	
			はい歯の日献立 かみかみサラダ 根菜スープ しらぬい(デコポン)	鶏肉 うち豆 ツナ	人参 ちりめん	たまねぎ しづく きゅうり だいこん れんこん	グラニュー糖 ミルクココア	米サラダ油 純ココア	たんぱく質(g)	18.1	22.5	27.1	おうちでも野菜を食べましょう。		
19木	ごはん	○	食育の日・ふくしま健康応援献立 あじつけのり 鮭のかおりやき おひたし にらのトマキムチスープ	鮭 豆腐 あお青のり あじつけ海苔	人参 にら トマト缶	ねぎ キャベツ キムチ もやし しめじ	米 ごま ごま油	塩こうじ 酒	エネルギー(kcal)	522	609	764		まめを食べよう。	
			食育の日・ふくしま健康応援献立 あじつけのり 鮭のかおりやき おひたし にらのトマキムチスープ	鮭 豆腐 あお青のり あじつけ海苔	人参 にら トマト缶	ねぎ キャベツ キムチ もやし しめじ	きび砂糖	米サラダ油 コンソメ 生姜 大蒜	たんぱく質(g)	25.7	28.2	36.0			
20金	スパゲティ	○	ミラ・コレティナ オリンピック献立 クリームスープ パリツォーネ(幼ナゲット) ビーンズサラダ	ベーコン(卵無) ジャル 豆乳 ウィンナー 大豆 パリツォーネ(幼ナゲット)	人参	たまねぎ レモン果汁 しめじ はくさい コーン きゅうり キャベツ 枝豆	めん きび砂糖	ルウ 胡椒 塩	エネルギー(kcal)	674	721	900		まめを食べよう。	
			ミラ・コレティナ オリンピック献立 クリームスープ パリツォーネ(幼ナゲット) ビーンズサラダ	ベーコン(卵無) ジャル 豆乳 ウィンナー 大豆 パリツォーネ(幼ナゲット)	人参	たまねぎ レモン果汁 しめじ はくさい コーン きび砂糖	米サラダ油 ストック 酢	たんぱく質(g)	22.4	28.7	33.0				
24火	ごはん	○	チキン根菜カレー かいそうサラダ ヨーグルト(幼ミニゼリー)	鶏肉 ツナ 海藻類 茎わかめ ヨーグルト	人参	たまねぎ レモン果汁 ごぼう れんこん キャベツ きゅうり コーン Aソース	米 きび砂糖	カレールウ 酢 塩 胡椒 ソース カレー粉	エネルギー(kcal)	524	721	836	23(月) 天皇誕生日	おうちでも野菜を食べましょう。	
			チキン根菜カレー かいそうサラダ ヨーグルト(幼ミニゼリー)	鶏肉 ツナ 海藻類 茎わかめ ヨーグルト	人参	たまねぎ レモン果汁 ごぼう れんこん キャベツ きゅうり コーン Aソース	きび砂糖	カレールウ 酢 塩 胡椒 ソース カレー粉	たんぱく質(g)	18.6	26.1	29.6			
25水	キムチごはん	○	☆ 学園後期<9年>リクト献立 とりのから揚げ マカロニサラダ 味噌汁 幼前ミニゼリー 後ゼリー	豚肉 鶏肉 ハム(卵無) 豆乳 チーズ	人参	だいこん キムチ きゅうり キャベツ コーン	めん 片栗粉	エッグフリー マヨネーズ	塩 胡椒 みそ	エネルギー(kcal)	618	741	949		三幼