

◇学校別内訳◇			
上田小	991	豊見城中	1,014
長嶺小	564	長嶺中	624
座安小	513	伊良波中	580
豊見城小	706	豊崎中	405
伊良波小	515	給食センター	59
とよみ小	704	サポート教室とよみ	13
豊崎小	742	★合計	8,182
ゆたか小	752		

令和8年 豊見城市立学校給食センター(☎850-4585)

2月の予定献立表



学校給食の栄養基準量(7歳)	学校	E エネルギー	P たんぱく質	F 脂質
小学校	650kcal	21.1~32.5g	14.4~21.7g	
中学校	830kcal	27.0~41.5g	18.4~27.7g	



※食物アレルギーのある児童生徒は、給食を食べる前に別紙の「食品詳細献立表」で内容を必ず確認しましょう。家庭・学校においても毎日確認して下さい。
※魚、肉類(鶏・牛・豚)には、骨がある可能性がありますので、よくかんで気をつけて食べましょう。

1年の幸福を願う「節分」の行事

2月3日 節分

立春の前日に当たる節分には、古くから、豆まきをしたり、ヒラギウシ(ヤイカガシ)を玄関に飾ったりして、病気や災難を起こす“鬼(邪鬼)”を追い払い、1年の無事や幸福を願う風習があります。最近では、「恵方巻き」が店頭にぎわすようになりましたが、もともと全国的な風習ではなく、江戸時代に大阪の商人が商売繁盛祈願のために行っていた風習が始まりとされています。(※諸説あります)

節分にまつわる食べ物

福豆
大豆をいったもの。豆まきに使うほか、自分の年齢の数、または年齢の数+1個食べて、1年の幸福を願います。大豆の代わりに落花生を使う地域もあります。

よくかんで食べよう!

2026年の恵方は「南南東」

恵方巻き

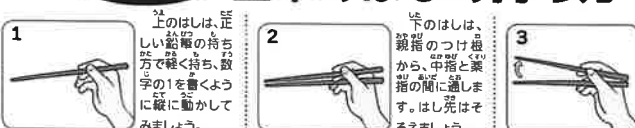
太巻きずし。その年の歳神様がいらっしゃる“恵方”を向き、願い事を思い浮かべながら、無言で丸かじりします。

2(月)	タンカンについて	3(火)	節分について	4(水)	かぜにまけない体	5(木)	くるまふについて	6(金)	ミラ/冬季オリンピック開幕
こんだて	タンカン 牛乳 いわしのみぞれ煮 ごはん 肉じゃが	てまぎずし ウインナー 牛乳 手まき用のり スティック納豆 ちらしずし 豚汁	チーズ 大根のレモンづけ 牛乳 ごはん チキンカレー	フータシャー 牛乳 ごはん ゆしどうふ	フォカッチャ 牛乳 メンチカツ ポロネーゼパスタ 花野菜サラダ				
9(月)	豊見城市産野菜について	10(火)	はくさいについて	11(水)	建国記念の日(けんこくきんのひ)	12(木)	りんごの栄養	13(金)	生活リズムを整える
こんだて	ミニトマト1個 牛乳 チンゲン菜と春雨いため ごはん ワンタンスープ	トマトオムレツ 牛乳 コッペパン(小学校) ココアあげパン(中学校) 白菜のクリーム煮	リクエスト給食 今月もリクエストの多かった料理を取り入れています。 このマークがついている料理がリクエストが多かった料理です。	りんご 牛乳 千切りイリチー ごはん シカムドゥチ	ビビンバ 牛乳 ビビンバ(具) ガトーショコラ かけて食べる ごはん わかめスープ				
16(月)	はるまきについて	17(火)	旧正月	18(水)	ズッキーニについて	19(木)	第3木曜日は琉球料理の日	20(金)	もずくの栄養
こんだて	春雨のちゅうかサラダ 牛乳 ごはん はるまき マーボー大根	ちんすこう 牛乳 クープイリチー ごはん なかつ汁	かぼちゃサラダ 牛乳 チョコジャム コッペパン ポトフ	ざつまいもステーキ 牛乳 タマナーチャンプルー ごはん チムシンジ	もずく丼 牛乳 もずく丼(具) バナナ かけて食べる ごはん 白菜スープ				
23(月)	天皇誕生日	24(火)	食事のマナーについて	25(水)	キャベツの栄養	26(木)	まぐろについて	27(金)	よくかんで食べよう
こんだて	天皇誕生日	五目きんぴら 牛乳 ごはん じゃがいものみそ汁	オレンジ(中3以外) 牛乳 シークワサーソルベ(中3のみ) ホイコーロー ごはん ちゅうかコンスープ	まぐろフライ 牛乳 カレーうどん ごぼうサラダ	りんごゼリー 牛乳 てりやきチキンパティ ごはん ぶた肉のしらたきいため				

和食の食事作法は「はしに始まり、はしに終わる」といわれるほど、はしの使い方はとても重要です。はしは「切る」、「混ぜる」、「混ぜる」などの多様な機能があるので正しい持ち方や使い方を身につけると、食事がスムーズにできます。



基本のはしの持ち方



マナー違反に注意! きらいばし
一緒に食事をする人に、不快な思いをさせてしまうはづかいを「きらいばし」といいます。気をつけましょう。



★学校給食は皆さまが納める給食費からつくられます。納付期限は毎月10日となっております★
☆毎月10日までに納めるようにしましょう☆

令和8年2月 食品詳細献立表

豊見城市学校
電話(098) 8

表示義務(特定原材料)7品目				※材料・天候・その他により献立を変更する場合があります。詳細な情報を知りたい方は、給食食材や調味料等について、()内にアレルギー食材の記載をしています。 ※使用頻度の高いしょうゆ(小麦・大豆)、料理酒(小麦)、酢(小麦)、アレルギーを含まない調味料の記載を省略しています。 ※アース・もずくの養殖場には、ヨコエビ類(食物アレルギー表示外)が生息しています。 ※カワハギ、海藻類、小魚類はえび、かにが混ざる漁法・生息域で捕獲されています。 ※給食で使用しているかまぼこ等の練り製品は卵抜きを使用しています。卵入りを使用する際、大量調理を行うため、微量のアレルギーの混入(コタミネーション)を完全に避けることはできません。 ※給食で使用しているでん粉の原料はじゃがいもを記載しています。 その他の食材由来のでん粉を使用する際には、下記の表に記載します。			
卵、乳、小麦、落花生(ピーナッツ)、えび、そば、かに							
その他							
大豆、さけ、さば、いか、いくら、オレンジ、キウイ、バナナ、もも、りんご、山芋、くるみ、カシューナッツ、ごま、パイン、マンゴー、メロン、アーモンド、まぐろ、牛肉							
日	曜日	こ ん だ て		(あか) おもに体をつくるものになる食品	(きいろ) おもにエネルギーのもとになる食品	(みどり) おもに体の調子を整えるものになる食品	調味料
2	月		ごはん		こめ		
			肉じゃが	豚肉、油揚げ(大豆)	大豆油、じゃがいも	にんじん、たまねぎ、えだ豆、こんにゃく	
			いわしのみぞれ煮	いわし	でんぷん	にんにく、大根	
3	火		タンカン			タンカン	
			ちらしずし		こめ	にんじん、たけのこ、かんぴょう、しいたけ、れんこん	チキンエキス(鶏)
			豚汁	豚肉、豆腐、みそ	じゃがいも、さといも	にんじん、長ねぎ、干しいたけ、大根、小松菜	
			チキンウインナー	鶏肉	でんぷん、水あめ	たまねぎ、パプリカ、トマト、にんにく	
			スティック納豆	納豆、昆布、のり		梅肉	
4	水		手巻き用のり	のり			
			ごはん		こめ		
			チキンカレー	鶏肉、鶏レバー	じゃがいも、米粉、大豆油、黒糖乳なしマーガリン(豚・大豆)	にんじん、たまねぎ、かぼちゃ、ブロッコリー、にんにく	チャツネ(りんご)
5	木		大根のレモンづけ			大根、きゅうり、レモン果汁	
			チーズ	チーズ(乳)			
			ごはん		こめ		
6	金		ゆし豆腐	ゆし豆腐、アース		ねぎ	ポーク・イオン(豚、鶏)
			フータシヤー	卵、ツナ、ボーク	麩(小麦)、大豆油	にんじん、キャベツ、小松菜	
			ポロネーゼパスタ	豚肉、鶏肉、鶏レバー、大豆	スパゲッティ(小麦)、大豆油	にんにく、にんじん、たまねぎ、ピーマン、マッシュルーム、トマト	ミートソース(小麦・豚・大豆)
9	月		花野菜サラダ			ブロッコリー、パプリカ、キャベツ、コーン	タンドリー(小麦・大豆)
			彩り野菜のメンチカツ	鶏肉、豚肉、大豆	大豆油、パン粉(小麦)、でんぷん、米粉	たまねぎ、にんじん、えだまめ、コーン、キャベツ、しょうが	
			フォカッチャ		小麦粉、大豆油、ショートニング、麦芽		
10	火		ごはん		こめ		
			ワンダンスープ	鶏肉、わかめ	ワンタン(豚、大豆、小麦、ごま)	にんじん、えのき、長ねぎ、にんにく	チキンブイヨン(鶏)
			チンゲン菜と春雨の炒めもの	牛肉	はるさめ、大豆油、ごま、ごま油	にんにく、しょうが、たけのこ、たまねぎ、にんじん、キャベツ、チンゲン菜	ミートソース(小麦・豚・大豆)
			ミニトマト			ミニトマト	
12	木		コッペパン(小学校)	脱脂粉乳	小麦粉、ショートニング		大豆由来成分
			ココア揚げパン(中学校)	脱脂粉乳、きなこ	小麦粉、ショートニング、ココア、黒糖、大豆油		大豆由来成分
			白菜のクリーム煮	鶏肉、白滝、白いんげん豆、豆乳	大豆油、じゃがいも、米粉、乳無しマーガリン(豚・大豆)	にんにく、マッシュルーム、にんじん、たまねぎ、白菜、えだ豆	ポーク・イオン(鶏)
			トマトオムレツ	卵、鶏肉	大豆油、でんぷん	たまねぎ、トマト	
13	金		ごはん		こめ		
			シカムウドチ	豚肉、かまぼこ		大根、こんにゃく、しいたけ、しょうが	ポーク・イオン(豚、鶏)
			千切りイリチー	豚肉、昆布、かまぼこ	大豆油	千切大根、にんじん、こんにゃく	ポーク・イオン(豚・鶏)
16	月		りんご			りんご	
			ごはん		こめ		
			わかめスープ	鶏肉、わかめ、ちくわ	でん粉、ごま油	にんじん、えのき、長ねぎ	ポーク・イオン(鶏)
			ピピンバ	豚肉、高野豆腐、みそ	大豆油、ごま油、白ごま、でん粉	小松菜、にんじん、もやし、にんにく、しょうが	チンメンジャン(大豆)
17	火		お米deガトーショコラ	豆乳	米粉、ココアパウダー、でんぷん、植物油		
			ごはん		こめ		
			マーボー大根	豚肉、高野豆腐、豆腐、みそ	ごま油、大豆油、でん粉	大根、にんじん、たまねぎ、たけのこ、にら、しいたけ、しょうが	マーボー豆腐の素(小麦、小牛肉、豚肉、ごぼう、ごま)、オリーブオイル、ポーク・イオン(豚)
18	水		春雨の中華サラダ	鶏肉	はるさめ、ゴマ油、ごま、大豆油	きゅうり、もやし、にんじん	
			春巻		大豆油、はるさめ、豚脂、でんぷん、小麦粉、水あめ	キャベツ、たまねぎ、にんじん	
			ごはん		こめ		
19	木		なかみ汁	豚肉、なかみ		干しいたけ、こんにゃく、しょうが	ポーク・イオン(豚、鶏)
			クレープイリチー	豚肉、昆布、かまぼこ	大豆油	千切大根、にんじん、こんにゃく	ポーク・イオン(豚、鶏)
			ちんすこう		小麦粉、ラード(豚・牛)、ベーキングパウダー		
20	金		コッペパン	脱脂粉乳	小麦粉、ショートニング		大豆由来成分
			ポトフ	鶏肉、ミニウインナー(鶏・豚)	じゃがいも	にんじん、たまねぎ、キャベツ、しめじ、にんにく、ズッキーニ	チキンブイヨン(鶏)
			かぼちゃサラダ	鶏肉	卵なしマヨネーズ(大豆)	かぼちゃ、ブロッコリー、きゅうり、パイン	
20	金		チョコジャム		チョコ大豆ジャム(乳・豆)		
			ごはん		こめ		
			チムシンジ	豚肉、豚レバー	じゃがいも	鳥ニンジン、にんにく、葉、にんにく	
20	金		タマナーチャンプルー	豚肉、かまぼこ、厚揚げ(大豆)、かつおぶし	大豆油	にんじん、キャベツ、もやし、小松菜、にんにく	
			さつまいもスティック		さつまいも、植物油脂		
			ごはん		こめ		
20	金		白菜スープ	鶏肉		白菜、にんじん、干しいたけ、小松菜	ポーク・イオン(鶏)
			もずく丼	もずく、豚肉、鶏レバー	大豆油	たまねぎ、コーン、にんじん、ピーマン、しょうが	