

# 令和8年 2月 予定献立表



※食物アレルギーのある児童は、自宅や給食を食べる前に裏面の「詳細献立表」で内容を必ず確認しましょう。  
家庭や学級においても毎日確認をしてください。  
※材料や天候によって献立を変更することがあります。

食品群	体内でのほたらき
赤の食品	血や肉、骨をつくる
黄の食品	働く力や体温となる
緑の食品	体の調子をとのえる

学校給食の栄養基準量	小学校	E=エネルギー	P=タンパク質	F=脂質
		650	26.8	18.05

2月・3月の献立では、6年生のリクエスト給食が登場します！！

① 2色あげパン

② タコライス

③ ラーメン

(その他)  
フルーツポンチ  
クワイリチー  
ミルク  
アイスクリーム

### 《6年生 考案メニュー》

今月の給食には、6年生が家庭科の授業で考案したメニューが登場します！  
松島小学校のみんなに喜んでもらえるように、栄養のバランスや食べやすさを工夫しながら、献立を作りました。「どうしたら、みんなが笑顔で食べられるだろう?」と試行錯誤した各学級の思いが詰まったメニューになっています。

こ ん だ て	2(月)	3(火)	4(水) 6年3組考案メニュー	5(木)	6(金)
小学校					
小学校	E 583 P 26.4 F 17.5	E 583 P 26.4 F 17.5	E 667 P 30.3 F 18.6	E 518 P 24.8 F 11.7	E 602 P 20.8 F 23.7
小学校	今日の給食は、6年1組が考えたメニュー「みんな大好き牛丼セット!」です。牛肉でタンパク質、サラダでビタミンが摂れるように工夫しました。	節分には、年の数だけ豆を食べて、1年の健康を願います。今日の給食にも、大豆を使ったメニューが出ています。	6年3組が考えたメニューは「みんな大好きタコライスセット」です。タコライスにはお肉と野菜とチーズが入っているので、一度にバランスよく栄養がとれるよう工夫しました。	今日は鉄分たっぷりメニューです。チムシンジの豚レバーとひじきいためのはひじきは鉄分が豊富なのでぜひ食べてください。	今日は、6年生のリクエスト給食1位に輝いた「2色あげパン」です♪ココア味ときなご味をお楽しみください。
こ ん だ て					
小学校	E 607 P 26.7 F 17.3	E 599 P 29.0 F 16.4	E 551 P 20.6 F 19.4	E 502 P 22.1 F 12.9	
小学校	今日の給食は、6年1組が考えたメニュー「みんな大好き牛丼セット!」です。牛肉でタンパク質、サラダでビタミンが摂れるように工夫しました。	魚汁に入っている、にんにくしょうがは、魚の臭みを消し、旨味を引き立たせてくれます。魚汁で心も体もぽかぽか♪	スパゲティナポリタンは、日本で生まれた料理です。ケチャップを使った甘酸っぱい味が特徴で、玉ねぎやピーマンなどの野菜もおいしく食べられます。	アサリから出るダシは、うま味がたっぷり!海の恵みを感じながら、アサリの風味を味わいましょう。	
こ ん だ て					
小学校	E 681 P 25.4 F 23.6	E 810 P 32.8 F 27.7	E 501 P 17.8 F 20.0	E 521 P 23.5 F 12.1	E 536 P 27.0 F 15.8
小学校	今日の給食は、6年生のリクエスト給食第3位の「ラーメン」です。フルーツポンチも付けたスペシャルメニューです♪	6年2組が考えた給食です。ガパオとはタイ料理で、ハーブを使って肉などを炒めた料理です。ピーマン、パプリカが入っていて栄養バランスバッチリなのでしっかり食べてください。	ビーフンは、お米でできた麺で、アジアの国々でよく食べられています。野菜とお肉のうま味がビーフンに染みて、食欲をそそります。	毎月第三水曜日は「琉球料理の日」。シカムドウチとイナムドウチの違いはなんでしょか?正解は、今日の給食放送で♪	魚の野菜あんかけは、甘酢だれと野菜の甘みが合わさって、魚が苦手な人も食べやすくなっています。まずは、一口チャレンジ!
こ ん だ て					
小学校	E 585 P 21.2 F 17.2	E 531 P 25.2 F 14.9	E 518 P 24.7 F 20.1	E 544 P 25.0 F 15.2	
小学校	今日は、レバー入り鉄分強化トマトシチューです。トマトのうま味とブラウンソースで食べやすくなるように工夫しました。	今日は、レバー入り鉄分強化トマトシチューです。トマトのうま味とブラウンソースで食べやすくなるように工夫しました。	ブルーシール様より卒業生へアイスクリームの無償提供がありました。全児童には、来月アイスを出す予定です。	チーズには、牛乳の約6倍のカルシウムが含まれています。チーズ40gで牛乳200mlと同じくらいカルシウムが摂れます。	フーチャンブルーじゃなくフータシヤー? タシヤーとは、豆腐の入らない炒め物のことです。豆腐が入るとフーチャンブルーになります。