

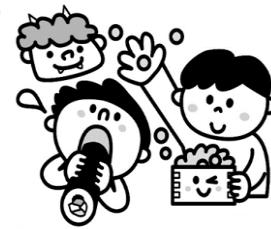
学校給食献立だより

小学部2月

北海道稚内養護学校
令和8年1月21日発行
文責：栄養教諭

節分 (立春の前日、2月3日ごろ)

節分には「季節を分ける」という意味があります。
新しい季節にむけて、悪いものを追いはらったり、
福を呼んでしあわせを願ったり、昔から「節分」に
行ってきた風習が今に伝えられています。



2月3日(火)「節分こんだて」

給食では、節分にちなんだ献立として、「恵方巻き」に見立てた【手巻き寿司】と

関東地方で節分に食べられている【けんちん汁】。豆を使った献立【大豆とひじきの煮物】【甘納豆】を提供予定です。

おきなわりようりきゅうしょく

沖縄料理給食



2月は各学部で日本最南端の沖縄県八重山特別支援学校とのリモート交流会があります。2月10日火曜日は沖縄では定番の料理が登場します。

卒業生リクエスト給食

今月は、卒業生に「もう一度食べたい!」とリクエストしてもらった献立を取り入れています。

★印がついている献立がリクエストのあった献立です。

卒業まであと少し。おいしく楽しい給食時間をすごしてほしいと思います!

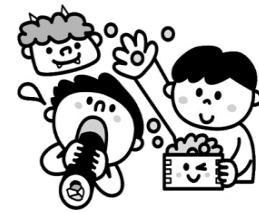
日にち	こんだて	しょくさい			エネルギー(kcal)
2(月)	ごはん ★マー婆ーどうふ ちゅうかスープ ちゅうかサラダ	こめ むぎ はるさめ ごま	もめんどうふとりひきにく けいらん ぶたばらにく とりさみ	にんじん たけのこ ビーマン ながねぎ しょうが ほうれんそう きゅうり もやし	764
3(火)	てまきずし (★ひとくちヒレカツ・たまご・ツナマヨ) けんちんじる だいすとひじきのもの あまなっとう	こめ むぎ さつまいも	ひとくちヒレカツ たまご ツナ のり もめんどうふ だいすとひじき あぶらあげ	しめじ にんじん ながねぎ ツキコンニャク、こんだて	680
4(水)	★さんさいうどん あおのりポテト ★ソフール・ブレーン	うどん ナチュラルポテト	あぶらあげ けいらん とりむねにく あおのり ソフール・ブレーン	たまねぎ ながねぎ ふきみすに ほししいだけ きのこミックス	749
5(木)	★ぎゅうどん ★なめことわかめのみそしる ちんげんさいのりあえ ★りんごゼリー	こめ むぎ りんごゼリー	ぎゅうバラにく もみのり わかめ	たまねぎ しらたき しょうが なめこ みつば ちんげんさい	590
6(金)	★やきそば ★あげたこやき ★わかめスープ ★ぶどうゼリー	ちゅうかめん ごま ぶどうゼリー	ぶたバラにく たこやき かつおぶし わかめ	にんじん ビーマン きやべつ たまねぎ ほししいだけ ながねぎ	649
9(月)	★おやこどん えのきとたまねぎのみそしる こまつなのごまあえ ★あんにんフルーツ	こめ むぎ ごま あんにんどうふ	とりもにく けいらん なると	たまねぎ にんじん ほししいだけ ながねぎ だけのこ グリーンピース えのきだけ こまつな ミックスドフルーツ	785
10(火)	もずくどん イナムドウチ だいこんのしりしりサラダ おきなわパインゼリー	こめ むぎ おきなわパインゼリー	ぶたひきにく ぶたばらにく シーチキン かつおぶし	ちゅうらうみそだらのものすく たまねぎ ミックスベジタブル ほししいだけ ツキコンニャク だいこん (おきなわりょうじ) にんじん きゅうり こんだて	620
11(水)	けんこくねんび				
12(木)	★ぶたどん ★はくさいとほうれんそうのみそしる ★えだまめサラダ ★バナナ	こめ むぎ	ぶたロースにく ひじき ロースハム	たまねぎ はくさい ほうれんそう にんじん もやし えだまめ バナナ	696
13(金)	★キーマカレー グリーンサラダ チョコレートケーキ	こめ むぎ チョコレートケーキ	ぎゅうひきにく わかめ ぶたひきにく	たまねぎ にんじん トマトみすに しょうが ビーマン きゅうり セロリー プロッコリー	668
16(月)	★チンジャオはん たまごスープ はるさめサラダ ★ミックスドフルーツ	こめ むぎ はるさめ	ぎゅうもにく けいらん ロースハム	ビーマン あかブリリカ きバブリカ だけのこ もやし ほししいだけ ながねぎ きゅうり きくらげ セロリー	778
17(火)	★きつねうどん ★やさいかきあげ ★はちみつレモンゼリー	うどん はちみつレモンゼリー	あぶらあげ やきちくわ とりもにく けいらん	たまねぎ ながねぎ やさいかきあげ	678
18(水)	★しょくばん ★チョコクリーム ★ミネストローネ ★とりのてりやき	しょくばん じゃがいも チョコクリーム	ベーコン だいす とりもにく	たまねぎ にんじん トマトみすに しょうが	642
19(木)	★かいたくどん たまごとしいだけのみそしる はくさいのりあえ ★ももゼリー	こめ むぎ ももゼリー	とりひきにく ひじき こうやどうふ けいらん きりのり かつおぶし	にんじん たまねぎ コーン えだまめ しょうが ほししいだけ こねぎ はくさい	581
20(金)	★しゃけちらし ちくぜんに はんぺんのすまじる いちごゼリー	こめ むぎ さといも ごま まめふ いちごゼリー	さけフレーク きんしたまご きさみのり はんぺん とりもにく	みつば にんじん ごぼう たけのこ きぬさや こんにゃく ほししいだけ	566
23(月)	てんのうたんじょうび				
24(火)	★みそラーメン ★あげはるまき ★パインかん	ちゅうかめん	ぶたばらにく はるまき	きやべつ たまねぎ もやし にんじん ながねぎ めんま コーン しょうが パインかん	530
25(水)	★バターロール ★コーンボタージュ ★にこみハンバーグ ★ジャーマンポテト	バターロール じゃがいも	ベーコン ハンバーグ	コーン たまねぎ ビーマン しめじ	755
26(木)	★あさりごはん すまじる ★ぶりのてりやき ★おからのいりに	こめ むぎ	あさり あぶらあげ えび ぶり おから ひじき さつまあげ	しめじ ツキコンニャク たけのこ れんこん ほししいだけ みつば にんじん グリーンピース	741
27(金)	★ちゅうかどん ちんげんさいのスープ かいそうサラダ ★あんにんみかん	こめ むぎ あんにんどうふ	ぶたばらにく ほたて わかめ ロースハム	はくさい ビーマン にんじん みずな だけのこ きくらげ たまねぎ ちんげんさい きやべつ みかんかん	757
※ 購入物資の関係で献立を変更することがあります。あらかじめご了承ください。				献立平均 679kcal	
※ 牛乳は毎日つきます。牛乳は主にからだをつくる【赤】の食品です。				目標値 611kcal (充足率 111%)	

学校給食献立だより 中学部2月

北海道稚内養護学校
令和8年1月21日発行
文責：栄養教諭

節分 「立春」の前日、2月3日(火)

節分には「季節を分ける」という意味があります。
新しい季節にむけて、悪いものを追いはらったり、
福を呼んでしあわせを願ったり、昔から「節分」に
行ってきた風習が今に伝えられています。



2月3日(火)「節分こんだて」
給食では、節分にちなんだ献立として、「恵方巻き」に見立てた【手巻き寿司】と
関東地方で節分に食べられている【けんちん汁】。豆を使った献立【大豆とひじきの煮物】【甘納豆】を提供予定です。

おきなわりょうりきゅうしょく 沖縄料理給食

2月は各学部で日本最南端の沖縄県八重山特別支援学校とのリモート交流会があります。2月10日火曜日は沖縄では定番の料理が登場します。

卒業生リクエスト給食

今月は、卒業生に「もう一度食べたい!」とリクエストしてもらった献立を取り入れています。
★印がついている献立がリクエストのあった献立です。
卒業まであと少し。おいしく楽しい食時間を作りたいと思います!



日にち	こんだて	しょくざい			エネルギー(kcal)
		朝や力の まきにちる	体をつくる	体の調子を よくする	
2(月)	ごはん ★マー婆ーどうふ ちゅうかスープ ちゅうかサラダ	ごめ むぎ はるさめ ごま	もめんどうふ とりひきにく けいらん ぶたばらにく とりさみ	にんじん たけのこ ピーマン ながねぎ しょうが ほうれんそう きゅうり もやし	754
3(火)	てまき寿司(★ひとくちヒレカツ・たまご・ツナマヨ) けんちんじる だいすとひじきのにもの あまなっとう	ごめ むぎ さつまいも	ひとくちヒレカツ たまご ツナ のり もめんどうふ だいすと ひじき あぶらあげ	しめじ にんじん ながねぎ ツキコンニャク	772
4(水)	★さんさいうどん あおのりポテト ★ソフール・ブレーン	うどん ナチュラルポテト	あぶらあげ けいらん とりむねにく あおのり ソフール・ブレーン	たまねぎ ながねぎ ふきみすに ほししいたけ きのこミックス	758
5(木)	★ぎゅううどん ★なめことわかめのみぞしる ちんげんさいののりあえ ★りんごゼリー	ごめ むぎ りんごゼリー	ぎゅうバラにく もみのり わかめ	たまねぎ しらたき しょうが なめこ みつば ちんげんさい	716
6(金)	★やきそば ★あげたこやき ★わかめスープ ★ぶどうゼリー	ちゅうかめん ごま ぶどうゼリー	ぶたバラにく たこやき かつおぶし わかめ	にんじん ピーマン きやべつ たまねぎ ほししいたけ ながねぎ	639
9(月)	★おやこどん えのきとたまねぎのみぞしる こまつなのごまあえ ★あんにんフルーツ	ごめ むぎ ごま あんにんどうふ	とりももにく けいらん なると	たまねぎ にんじん ほししいたけ ながねぎ だけのこ グリーンピース えのきだけ こまつな ミックスフルーツかん	781
10(火)	もずくどん イナムドウチ だいこんのしりしりサラダ おきなわパインゼリー	ごめ むぎ おきなわパインゼリー	ぶたひきにく ぶたばらにく シーチキン かつおぶし	ちゅらうみそだちのもずく たまねぎ ミックスベジタブル ほししいたけ ツキコンニャク だいこん にんじん きゅうり	757
11(水)	けんこくねんび				
12(木)	★ぶたどん ★はくさいとほうれんそうのみぞしる ★えだまめサラダ ★バナナ	ごめ むぎ	ぶたロースにく ひじき ロースハム	たまねぎ はくさい ほうれんそう にんじん もやし えだまめ バナナ	753
13(金)	★キーマカレー グリーンサラダ チョコレートケーキ	ごめ むぎ チョコレートケーキ	ぎゅうひきにく わかめ ぶたひきにく	たまねぎ にんじん トマトみすに しょうが ピーマン きゅうり セロリー ブロッコリー	736
16(月)	★チンジャオはん たまごスープ はるさめサラダ ★ミックスフルーツ	ごめ むぎ はるさめ	ぎゅうももにく けいらん ロースハム	ピーマン あかバブリカ きバブリカ だけのこ もやし ほししいたけ ながねぎ きゅうり さくらげ セロリー	768
17(火)	★きつねうどん ★やさいかきあげ ★はちみつレモンゼリー	うどん はちみつレモンゼリー	あぶらあげ やきちくわ とりももにく けいらん	たまねぎ ながねぎ やさいかきあげ	717
18(水)	★しょくばん ★チョコクリーム ★ミネストローネ ★とりのてりやき	しょくばん じゃがいも チョコクリーム	ベーコン だいす とりももにく	たまねぎ にんじん トマトみすに しょうが	642
19(木)	★かいたくどん たまごしいたけのみぞしる はくさいののりあえ ★ももゼリー	ごめ むぎ ももゼリー	とりひきにく ひじき こうやどうふ けいらん きりのり かつおぶし	にんじん たまねぎ コーン えだまめ しょうが ほししいたけ こねぎ はくさい	749
20(金)	★しゃけちらし ちくぜんに はんぺんのすまじる いちごゼリー	ごめ むぎ さといも ごま まめふ いちごゼリー	さけフレーク きんしたまご きざみのり はんぺん とりももにく	みつば にんじん ごぼう だけのこ きぬさや こんにゃく ほししいたけ	762
23(月)	てんのうたんじょうび				
24(火)	★みそラーメン ★あげはるまき ★パインかん	ちゅうかめん	ぶたばらにく はるまき	きやべつ たまねぎ もやし にんじん ながねぎ めんま コーン しょうが パインかん	687
25(水)	★バターロール ★コーンポタージュ ★にこみハンバーグ ★ジャーマンポテト	バターロール じゃがいも	ベーコン ハンバーグ	コーン たまねぎ ピーマン しめじ	909
26(木)	★あさりごはん すまじる ★ぶりのてりやき ★おからいりに	ごめ むぎ	あさり あぶらあげ えび ぶり おから ひじき さつまあげ	しめじ ツキコンニャク だけのこ れんこん ほししいたけ みつば にんじん グリーンピース	731
27(金)	★ちゅうかどん ちんげんさいのスープ かいそうサラダ ★あんにんみかん	ごめ むぎ あんにんどうふ	ぶたばらにく ほたて わかめ ロースハム	はくさい ピーマン にんじん みずな だけのこ きくらげ たまねぎ ちんげんさい きやべつ みかんかん	747

* 購入物資の関係で献立を変更することがあります。あらかじめご了承ください。

* 牛乳は毎日つきます。牛乳は主にからだをつくる【赤】の食品です。

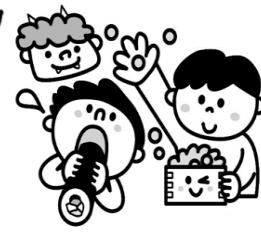
献立平均 748kcal
目標値 715kcal
(充足率 104%)

学校給食献立だより 高等部2月

北海道稚内養護学校
令和8年1月21日発行
文責：栄養教諭

節分

「立春」の前日、2月3日(火)
節分には「季節を分ける」という意味があります。
新しい季節にむけて、悪いものを追いはらったり、
福を呼んでしあわせを願ったり、昔から「節分」に
行ってきた風習が今に伝えられています。



2月3日(火)「節分こんだて」
給食では、節分にちなんだ献立として、「恵方巻き」に見立てた【手巻き寿し】と
関東地方で節分に食べられている【けんちん汁】。豆を使った献立【大豆とひじきの煮物】【甘納豆】を提供予定です。

おきなわりょうりきゅうしょく 沖縄料理給食

2月は各学部で日本最南端の沖縄県八重山特別支援学校とのリモート交流会があります。2月10日火曜日は沖縄では定番の料理が登場します。

卒業生リクエスト給食

今月は、卒業生に「もう一度食べたい!」とリクエストしてもらった献立を取り入れています。
★印がついている献立がリクエストのあった献立です。



日にち	こんだて	しょくざい			エネルギー(kcal)
		朝や力の まことにちる	体をつくる	体の調子を よくする	
2(月)	ごはん ★マー婆ーどうふ ちゅうかスープ ちゅうかサラダ	ごめ むぎ はるさめ ごま	もめんどうふ とりひきにく けいらん ぶたばらにく とりさみ	にんじん たけのこ ピーマン ながねぎ しょうが ほうれんそう きゅうり もやし	764
3(火)	てまき寿し(★ひとくちヒレカツ・たまご・ツナマヨ) けんちんじる だいすとひじきのにもの あまなっとう	ごめ むぎ さつまいも	ひとくちヒレカツ たまご ツナ のり もめんどうふ だいすと ひじき あぶらあげ	しめじ にんじん ながねぎ ツキコンニャク ひまわり	838
4(水)	★さんさいうどん あおのりポテト ★ソフール・ブレーン	うどん ナチュラルポテト	あぶらあげ けいらん とりむねにく あおのり ソフール・ブレーン	たまねぎ ながねぎ ふきみすに ほししいたけ きのこミックス	797
5(木)	★ぎゅううどん ★なめことわかめのみぞしる ちんげんさいのりあえ ★りんごゼリー	ごめ むぎ りんごゼリー	ぎゅうバラにく もみのり わかめ	たまねぎ しらたき しょうが なめこ みつば ちんげんさい	774
6(金)	★やきそば ★あげたこやき ★わかめスープ ★ぶどうゼリー	ちゅうかめん ごま ぶどうゼリー	ぶたバラにく たこやき かつおぶし わかめ	にんじん ピーマン きやべつ たまねぎ ほししいたけ ながねぎ	649
9(月)	★おやこどん えのきとたまねぎのみぞしる こまつなのごまあえ ★あんにんフルーツ	ごめ むぎ ごま あんにんどうふ	とりももにく けいらん なると	たまねぎ にんじん ほししいたけ ながねぎ だけのこ グリーンピース えのきだけ こまつな ミックスフルーツかん	792
10(火)	もずくどん イナムドウチ だいこんのしりしりサラダ おきなわパインゼリー	ごめ むぎ おきなわパインゼリー	ぶたひにく ぶたばらにく シーチキン かつおぶし	ちゅらうみそだちのもずく たまねぎ ミックスベジタブル ほししいたけ ツキコンニャク だいこん にんじん きゅうり	821
11(水)	けんこくねんび				
12(木)	★ぶたどん ★はくさいとほうれんそうのみぞしる ★えだまめサラダ ★バナナ	ごめ むぎ	ぶたロースにく ひじき ロースハム	たまねぎ はくさい ほうれんそう にんじん もやし えだまめ バナナ	808
13(金)	★キーマカレー グリーンサラダ チョコレートケーキ	ごめ むぎ チョコレートケーキ	ぎゅうひにく わかめ ぶたひにく	たまねぎ にんじん トマトみすに しょうが ピーマン きゅうり セロリー ブロッコリー	785
16(月)	★チンジャオはん たまごスープ はるさめサラダ ★ミックスフルーツ	ごめ むぎ はるさめ	ぎゅうももにく けいらん ロースハム	ピーマン あかバブリカ きバブリカ だけのこ もやし ほししいたけ ながねぎ きゅうり さくらげ セロリー	778
17(火)	★きつねうどん ★やさいかきあげ ★はちみつレモンゼリー	うどん はちみつレモンゼリー	あぶらあげ やきちくわ とりももにく けいらん	たまねぎ ながねぎ やさいかきあげ	775
18(水)	★しょくばん ★チョコクリーム ★ミネストローネ ★とりのてりやき	しょくばん じゃがいも チョコクリーム	ベーコン だいす とりももにく	たまねぎ にんじん トマトみすに しょうが	642
19(木)	★かいたくどん たまごしいたけのみぞしる はくさいのりあえ ★ももゼリー	ごめ むぎ ももゼリー	とりひにく ひじき こうやどうふ けいらん きりのり かつおぶし	にんじん たまねぎ コーン えだまめ しょうが ほししいたけ こねぎ はくさい	811
20(金)	★しゃけちらし ちくぜんに はんぺんのすまじる いちごゼリー	ごめ むぎ さといも ごま まめふ いちごゼリー	さけフレーク きんしたまご きざみのり はんぺん とりももにく	みつば にんじん ごぼう だけのこ きぬさや こんにゃく ほししいたけ	831
23(月)	てんのうたんじょうび				
24(火)	★みそラーメン ★あげはるまき ★パインかん	ちゅうかめん	ぶたばらにく はるまき	きやべつ たまねぎ もやし にんじん ながねぎ めんま コーン しょうが パインかん	742
25(水)	★バターロール ★コーンポタージュ ★にこみハンバーグ ★ジャーマンポテト	バターロール じゃがいも	ベーコン ハンバーグ	コーン たまねぎ ピーマン しめじ	948
26(木)	★あさりごはん すまじる ★ぶりのてりやき ★おからいりに	ごめ むぎ	あさり あぶらあげ えび ぶり おから ひじき さつまあげ	しめじ ツキコンニャク だけのこ れんこん ほししいたけ みつば にんじん グリーンピース	741
27(金)	★ちゅうかどん ちんげんさいのスープ かいそうサラダ ★あんにんみかん	ごめ むぎ あんにんどうふ	ぶたばらにく ほたて わかめ ロースハム	はくさい ピーマン にんじん みずな ちんげんさい きやべつ みかんかん	757

* 購入物資の関係で献立を変更することがあります。あらかじめご了承ください。

* 牛乳は毎日つきます。牛乳は主にからだをつくる【赤】の食品です。

献立平均 781kcal
目標値 787kcal
(充足率 99%)