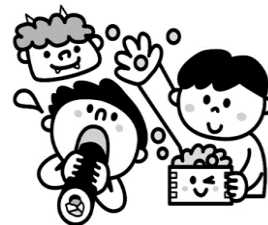


学校給食献立だより 小学部2月

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(火)
節分には「季節を分ける」という意味があります。
あたら 新しい季節において、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【手巻きずし】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

今日は、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	しょくざい			エネルギー (kcal)
2(月)	ごはん ★マーボー豆腐 ちゅうかスープ ちゅうかサラダ	こめ むぎ はるさめ ごま	もめん豆腐 とりひきにく けいらん ぶたばらにく とりさき	にんじん だけのこ 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 だいずとひじきのにも ぁまなっとう	こめ むぎ ざつまいも	ひとくちヒレカツ たまご ツナ のり もめん豆腐 だいず 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 ひなまつり 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・プレーン	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・プレーン	たまねぎ ながねぎ ふきみずに ほししいたけ きのこミックス	749
5(木)	★ぎゅううどん ★なめことわかめのみそしる ちんげんさいののりあえ ★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 ピーマン きゃべつ 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そしる こまつなごまあえ ★あんになフルーツ	こめ むぎ ごま あんにん豆腐	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 ミックスドフルーツかん	785
10(火)	もずくどん イナムドッチ 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 おきなわりょうり こんだて	620
11(水)	けんこくきねんび				
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 トマトみずに しょうが ピーマン きゅうり セロリー フロッコリー	668
16(月)	★チンジャオハーン 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	ぎゅうももにく けいらん ロースハム	ピーマン あかパプリカ きパプリカ だけのこ もやし ほししいたけ 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 だいず とりももにく	たまねぎ にんじん トマトみずに しょうが	642
19(木)	★かいたくどん たまごとしいたけのみそしる はくさいののりあえ ★ももゼリー	こめ むぎ ももゼリー	とりひきにく ひじき こや豆腐 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	581
20(金)	★しゃけちらし ちくぜんに はんぺんのすましじる 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 きざみひん 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	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	きゃべつ 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	755
26(木)	★あさりごはん すましじる ★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 さつまいも	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 ★あんになみかん	こめ むぎ あんにな豆腐	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 きゃべつ 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。牛乳は主にかたどをつくる【赤】の食品です。

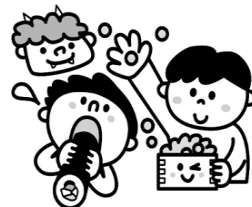
献立平均 679kcal
目標値 611kcal
(充足率 111%)

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。
新しい季節において、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【手巻きずし】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



そつぎょうせい 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	しょくざい			エネルギー (kcal)
2(月)	ごはん ★マーボー豆腐 ちゅうかスープ ちゅうかサラダ	こめ むぎ はるさめ ごま	もめん豆腐 とりひきにく けいらん ぶたばらにく とりさきみ	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 だいずとひじきのにも物 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 もめん豆腐 だいず 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 (ひなまつり こんだて)	772
4(水)	★さんさいうどん あおのりポテト ★ソファール・プレーン	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 ソファール・プレーン	たまねぎ ながねぎ ふきみず ほししいたけ きのことミックス	758
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	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 きゃべつ 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そしる こまつなごまあえ ★あんにんフルーツ	こめ むぎ ごま あんにん豆腐	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 たけのこ 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かん	781
10(火)	もすくどん イナムドゥチ 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	ちゅうみそだちのみすく 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 (蔵のうた こんだて)	757
11(水)	けんこくきねんび				
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	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	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 トマトみず 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)	★チンジャオハーン 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	ぎゅうももにく けいら ん ロースハム	ピーマン あかパプリカ きパプリカ たけのこ もやし ほししいたけ ながねぎ きゅうり きくらげ セロリー	768
17(火)	★ぎつねうどん ★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 ★とりのでりやき	しょくばん じゃがいも チョコクリーム	ベーコン だいず とりももにく	たまねぎ にんじん トマトみず しょうが	642
19(木)	★かいたくどん たまごとしだけのみそしる はくさいののりあえ ★ももゼリー	こめ むぎ ももゼリー	とりひきにく ひじき こうや豆腐 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 はんぺんのすましじる 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 きさみゆり はんぺん とりももにく	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	きゃべつ 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 すましじる ★ぶりのでりやき ★おからのいりに	こめ むぎ	あさり あぶらあげ 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 えんごん 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	こめ むぎ あんにん豆腐	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 たけのこ きくらげ たまねぎ ちんげんさい きゃべつ 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。
新しい季節において、悪いものを追いはったり、
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【手巻きずし】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



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	しょくざい			エネルギー (kcal)
2(月)	ごはん ★マーボー豆腐 ちゅうかスープ ちゅうかサラダ	こめ むぎ はるさめ ごま	もめん豆腐 とりひきにく けいらん ぶたばらにく とりさきみ	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 だいずとひじきのにも物 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 もめん豆腐 だいず ひじき あぶらあげ	しめじ にんじん ひなまつり ながねぎ ツキコンニャク こんだて	838
4(水)	★さんさいうどん あおりのポテト ★ソファール・プレーン	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 あおりの ソファール・プレーン	たまねぎ ながねぎ ふきみず ほししいたけ きのことミックス	797
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	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 きゃべつ 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そしる こまつなごまあえ ★あんになフルーツ	こめ むぎ ごま あんにん豆腐	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 たけのこ 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かん	792
10(火)	もすくどん イナムドゥチ 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	ちゅうみそだちのみすく 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 ちんげんさい にんじん きゅうり	821
11(水)	けんこくきねんび				
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	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	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 トマトみず 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)	★チンジャオハーン 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	ぎゅうももにく けいらん ロースハム	ピーマン あかパプリカ きパプリカ たけのこ もやし ほししいたけ ながねぎ きゅうり きくらげ セロリー	778
17(火)	★ぎつねうどん ★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 ★とりのでりやき	しょくばん じゃがいも チョコクリーム	ベーコン だいず とりももにく	たまねぎ にんじん トマトみず しょうが	642
19(木)	★かいたくどん たまごとしだけのみそしる はくさいののりあえ ★ももゼリー	こめ むぎ ももゼリー	とりひきにく ひじき こうや豆腐 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 はんぺんのすましじる 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 きさみり はんぺん とりももにく	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	きゃべつ 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 すましじる ★ぶりのでりやき ★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 えんごん 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 ★あんになみかん	こめ むぎ あんになん豆腐	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 たけのこ きくらげ たまねぎ ちんげんさい きゃべつ 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%)