

2026年2月 献立予定表

第1調理場
八王子市立
中学校

日曜	献立名(下線は地産地消の目印です!)			主な材料名							栄養価	
	主食	飲 物	主菜・副菜など	血や肉のもと(赤)		熱や力になるもと(黄)		体の調子を整えるもと(緑)		エネルギー		
				たんぱく質	カルシウム	糖質	脂質	緑黄色野菜	その他			
ミラノ・コルティナ2026冬季オリンピック			白身魚のハーブ焼き ポテトカルボナーラ ミネストローネ・ミラネーゼ 果物(はるか)	鶏肉 ホタテ ベーコン うずら豆	生クリーム チーズ 牛乳	米 じゃがいも	油 オリーブ油	にんじん バセリ バジル	たまねぎ ホールコーン セロリー にんにく 枝豆 キャベツ はるか	767kcal		
2月	コーンピラフ	牛 乳									33.8g	
節分	いわしのひつまぶし	牛 乳	土佐和え けんちん汁 大豆黒糖	いわし 豆腐 油揚げ かつおぶし粉 煎り大豆	牛乳	米 でんぶん さとう さといも 黒砂糖	油 ごま	にんじん	根しょうが ごぼう ながねぎ だいこん こんにゃく きゅうり レモン	889kcal		
36g												
中学生が考えたバランス献立			照り焼きハンバーグ 小松菜と油揚げの煮びたし 茎わかめのしょうが炒め 野菜と豆腐のみそ汁	豆腐 豚肉 卵 油揚げ みそ	くさわかめ わかめ 牛乳	米 パン粉 さとう でんぶん	油 ごま油 ごま	こまつな にんじん	たまねぎ はくさい 根しょうが だいこん えのきたけ ながねぎ	780kcal		
4水	ごはん	牛 乳									32.5g	
はちっこつけ麺		牛 乳	うずらの卵 さつまフレンチ 野菜の南蛮漬け	豚肉 なると うずらの卵	牛乳	むし中華めん さとう さつまいも	ごま油 油	こまつな にんじん	たけのこ 根しょうが もやし だいこん ホールコーン たまねぎ きゅうり	798kcal		
5木											25.9g	
中華丼		牛 乳	ポップピーンズ コーンと卵のスープ	豚肉 いか えび うずらの卵 大豆 卵	青のり 牛乳	米 でんぶん	油 ごま油	にんじん	はくさい たけのこ 干しいたけ にんにく 根しょうが たまねぎ ホールコーン クリームコーン缶	829kcal		
6金											35.9g	
100年フード山梨県	ごはん	牛 乳	赤魚の薫味焼き 青菜のからし和え ほうとう汁 果物(せとか)	赤魚 かまぼこ 豚肉 油揚げ みそ	牛乳	米 さとう ほうとうめん	ごま油 油 ごま	こまつな にんじん かぼちゃ	にんにく ながねぎ もやし だいこん 干しいたけ はくさい せとか	774kcal		
9月											36.1g	
野菜350	チリビーンズサンド	牛 乳	わかめサラダ ポトフ	金時豆 豚肉 鶏肉 ツナ ワイン	わかめ 牛乳	ミルクパン 薄力粉 さとう じゃがいも	油 ごま油	にんじん ピーマン	たまねぎ にんにく セロリー だいこん ホールコーン キャベツ 根しょうが きゅうり	822kcal		
10火											35.6g	
ごはん		牛 乳	わかさぎの南蛮漬け 塩肉じゃが えのきと白菜のみそ汁 果物(はるみ)	豚肉 油揚げ 豆腐 みそ	わかさぎ わかめ 牛乳	米 でんぶん さとう じゃがいも	油	にんじん さやえんどう	ながねぎ たまねぎ ぶらんにゃく はくさい えのきたけ はるみ	802kcal		
12木											29.4g	
八王子産米の米粉	ガーリックライス	牛 乳	チキンのトマト煮込み フレンチサラダ はち米っこコアカップケーキ	鶏肉 卵	牛乳	米 米粉 じゃがいも さとう 薄力粉 チョコチップ ココア	オリーブ油 油 バター	にんじん ホールトマト バセリ バジル	たまねぎ にんにく 根しょうが キャベツ きゅうり ホールコーン	817kcal		
13金											30.2g	
元気応援メニュー:ファンモン	ファンモン★エッグカレー	牛 乳	ベイビーズ太陽サラダ 桑の都クラフティ	鶏肉 うずらの卵 卵	生クリーム 牛乳	米 じゃがいも 薄力粉 さとう コーンスターチ	油 バター	にんじん ブロッコリー 桑の葉粉	たまねぎ にんにく 根しょうが キャベツ ホールコーン 黄桃缶	883kcal		
16月											25.1g	
ごはん		牛 乳	ヤンニヨムチキン 3色ナムル くずきりスープ 果物(いよかん)	鶏肉 豚肉	牛乳	米 でんぶん はちみつ さとう くずきり	油 ごま油 ごま	こまつな にんじん	根しょうが にんにく もやし はくさい ながねぎ 干しいたけ いよかん	811kcal		
17火											28.4g	
国消国産:国産小麦パン	国産小麦ミルクパン	オレン ジジ ュース	手作りりんごジャム クリームシチュー 大根のフレンチサラダ	鶏肉 ベーコン	生クリーム 牛乳	ミルクパン さとう じゃがいも 薄力粉	油 オーリーブ油 バター	にんじん パセリ	りんご レモン たまねぎ はくさい マッシュルーム だいこん きゅうり ホールコーン オレンジジュース	758kcal		
18水											22.6g	
ごはん												
さばのごま風味焼き うどんの炒め煮 青梗菜と豆腐のみそ汁 果物(せとか)	うど	牛 乳	さば さつま揚げ 鶏肉 油揚げ 豆腐 みそ	牛乳	米 さとう	油 ごま油 ごま油	にんじん チングンツアイ	根しょうが うどん ぶらんにゃく たまねぎ せとか	883kcal			
19木											35.2g	
マーボー豆腐 中華サラダ きのこと卵のスープ		牛 乳	豆腐 豚肉 みそ 鶏肉 卵 ハム	わかめ 牛乳	米 さとう でんぶん はるさめ	油 ごま油 ごま	にんじん にら こまつな	ながねぎ たまねぎ 根しょうが にんにく 干しいたけ キャベツ もやし たけのこ エリンギ えのきたけ	777kcal			
20金											33g	
焼き鶏丼		牛 乳	野菜の彩り和え 田舎汁	鶏肉 豚肉 油揚げ かつおぶし粉 生揚げ みそ	きざみのり 牛乳	米 さとう でんぶん さといも	油	こまつな にんじん	根しょうが ながねぎ もやし しめじ ごぼう だいこん ぶらんにゃく	800kcal		
24火											35.2g	
桑都御膳	かてめし	桑都 物語	桑都焼き 野菜のピリリ漬け 絹のお吸い物	鶏肉 ちくわ 油揚げ さわら みそ 豆腐	わかめ 牛乳	米 さとう ぞうめん 白玉	油 ごま マヨネーズ ごま油	にんじん 桑の葉粉	ごぼう れんこん 干しいたけ 糸こんにゃく キャベツ だいこん ながねぎ えのきたけ	809kcal		
25水											35.9g	
はち大根おろし スパゲティ		牛 乳	野菜とじゃこのサラダ オレンジポンチ	ツナ	きざみのり ちりめんじゃこ 牛乳	スパゲティ さとう	オリーブ油 油	万能ねぎ にんじん	だいこん えのきたけ キヤツ きゅうり ホールコーン フルーツミックス缶 オレンジジュース	758kcal		
26木											31.6g	
八王子産酒粕	ごはん	牛 乳	厚焼き卵 ごま和え 八王子産米の粕汁 じゃことわかめの炒め煮	卵 豚肉 油揚げ みそ	ちりめんじゃこ わかめ 牛乳	米 さとう 酒粕	油 ごま ごま油	にんじん こまつな	たまねぎ 干しいたけ もやし しめじ ごぼう だいこん ながねぎ ぶらんにゃく にんにく	797kcal		
27金											31.8g	

■2月の八王子産野菜は、大根、じゃがいも、キャベツ、かぼちゃ、小松菜、長ねぎ、にんじん、はくさいです。
■2月の生で提供予定の果物は、はるか、せとか、はるみ、いよかんです。

※ 献立は、食材の入荷状況等により、変更することがあります。ご了承ください。

※ 毎月の献立予定表と献立の材料名が記入してある詳細献立表は、八王子市のHPに公開しますのでご覧ください。

八王子市HPトップ > くらしの情報 > 教育・生涯学習・スポーツ > 学校教育 > 学校給食・食育 > 学校給食センター はちっこキッチン檜原 →→→

