

2月 こんだてひょう

令和7年度
長崎県立島原特別支援学校
南串山分教室

きゅうしょくもくひょう

①年間のきゅうしょくをふりかえろう！

- ・きゅうしょくの もくひょうは たっせい できましたか？
- ・きまりを まもって たのしく 食べましょう♪

おしらせ

🍌卒業生リクエスト給食🍌

2月・3月は、本校及び分教室の卒業生からの「もう一度食べたい！」「食べてみたい！」をかなえるリクエスト給食月間です♪

だれのリクエストメニューがいつでるか、こんだてひょうでチェックしてくださいね。

おたのしみに♥♥♥

【※一人3品リクエストしてもらったなかから、1～2品をえらんで、こんだてにしています。】

リクエストメニューの日は、
🍌マークとリクエストをしてくれた卒業生の名前をのせています♪



月	火	水	木	金
2 れんこんきんぴら ぼんかん のりつくね むぎごはん とりごぼうじる	3 *せつぶんきゅうしょく* むしやさい とうにゅうプリン ポテトスープ まめいりドライカレー	4 ごまドレッシング サラダ こめこパン クリームシチュー	5 ごもくに とんかつ むぎごはん だいこんのみそしる	6 うらかみそぼろ さばのしおこうじやき むぎごはん とうにゅうみそしる
とりにくは鶏ひき肉で、つくねは鶏ひき肉でつくった「つくね」の上に海苔をのせて焼きます。	せつぶんは節分にちなんで、大豆をつかったメニューをつくりました。	こめこパンは、のりつくねのリクエスト！	とんかつは、のりつくねのリクエストでした。	うらかみそぼろは、キリスト教の宣教師さん（おし）が教えてくれたもの。野菜たっぷり！
9 ポテトサラダ チーズ ぶたにくのしょうがやき むぎごはん やさいわん	10 ごまあえ おやこどん えのきのみそしる	11 けんこく きねん ひ 建国記念の日	12 れんこんツナサラダ わかめうどん じゃがちゃん	13 いちごゼリー ミートボール ハヤシライス クルトンスープ
ぶたにくは豚肉に、しょうがはしょうが、やさいは野菜、ごはんはごはん、わんはわん。	おやこどんは親子丼、えのきのみそしるはえのきのみそしる。	けんこく きねん ひ 建国記念の日	うどんは今回の1番人気！じゃがちゃんはじゃがちゃんのリクエスト。	クルトンスープはクルトンスープのリクエスト！
16 ナムル せとか ねぎしおチキン むぎごはん こんさいじる	17 ブロッコリーサラダ チーズハンバーグ ごはん クラムチャウダー	18 スパニッシュオムレツ パインパン ミネストローネ	19 *ランタンフェスティバル* ソフトマファール ちゃんぽん あげぎょうざ	20 しゅうまい バナナ キムタクごはん はるさめスープ
せとかは鶏肉、ねぎはねぎ、しおチキンは鶏肉、ごはんはごはん、こんさいじりはこんさいじり。	チーズハンバーグはハンバーグ、ごはんはごはん、クラムチャウダーはクラムチャウダー。	パインパンは、パインパンのリクエスト！	ちゃんぽんも人気のマファールも登場！	キムタクごはんは、キムタクごはんのリクエストでした。
23 てんのうたんじょうび 天皇誕生日	24 ミニマフィン ジュリアンスープ ミートソーススパゲティー	25 ほしだいこんに みそそぼろどん かきたまじる	26 マーボーとうふ むぎごはん あおなともやしのスープ	27 しおっぱあえ さけのレモンソース むぎごはん とんじる
てんのうたんじょうびは天皇誕生日。	スパゲティーはスパゲティーのリクエストでした。	みそは、日本で古くから使われている調味料。今日はみそそぼろにしました。	豆腐の材料である大豆は、「畑の肉」と呼ばれ、良質なたんぱく質が豊富です。	しおっぱあえは、しおっぱあえの、豚汁は豚汁の、レモンソースはレモンソースの、とんじるはとんじるの、さけのレモンソースはさけのレモンソースの、むぎごはんはむぎごはんのリクエストでした。

2月の おすすめ! 旬のたべもの

キャベツ はくさい だいこん れんこん ごぼう ブロッコリー みずな
ほうれんそう こまつな ながねぎ みかん たら ぶり さわら

2がつ3かは 節分 ですよ★

「節分」は、冬から春へ、きせつがかわる ぐりの 日。おにをやっつける力があるとわれている「豆」をまいたり、「いわし」をげんかに かざったり します。

旬

ある食べ物が一年で一番おいしくなる食べごろの時期のことです。しんせんで、えいようそも一番おおく なっています。

献立確認QRコード

全ての献立について、使用食材・分量・アレルギーを確認することができます！

令和8年2月 学校給食予定献立表

島原特別支援学校南串山分教室

日	曜	献立名	材 料			エネルギー kcal	含まれるアレルギー
			血や肉のもとになる	体の調子をととのえる	熱や力のもとになる	たんぱく質 g	
2	月	麦ごはん			米 麦	604 29.0	
		牛乳	牛乳				乳
		海苔つくね	鶏肉 豆腐 焼のり	深ねぎ たまねぎ	パン粉 砂糖		小麦、大豆、鶏肉
		れんこんきんぴら		れんこん にんじん こんにゃく	ごま油 砂糖		小麦、ごま、大豆
		鶏ごぼう汁	鶏肉	ごぼう 白菜 にんじん			小麦、大豆、鶏肉
3	火	ぼんかん		ぼんかん		663 25.9	
		豆入りドライカレー	牛肉 豚肉 大豆	にんじん たまねぎ	米 麦 油		小麦、卵、乳、牛肉、大豆、豚肉、りんご
		牛乳	牛乳				乳
		蒸し野菜		ブロッコリー	さつまいも		
		ポテトスープ		たまねぎ インゲン にんじん	じゃがいも		小麦、乳、牛肉、大豆
4	水	豆乳プリン	豆乳 ゼラチン		砂糖	567 25.4	大豆、豚肉、ゼラチン
		米粉パン			米粉パン		小麦、乳、大豆
		牛乳	牛乳				乳
		クリームシチュー	鶏肉 牛乳	たまねぎ にんじん ブロッコリー しめじ	じゃがいも バター 小麦粉		小麦、乳、牛肉、大豆、鶏肉
		ごまドレッシングサラダ		きゅうり キャベツ もやし みかん	油 砂糖 ごま		小麦、ごま、大豆
5	木	麦ごはん			米 麦	655 29.7	
		牛乳	牛乳				乳
		トンカツ	豚肉 卵		小麦粉 パン粉 白絞油		小麦、卵、大豆、豚肉
		五目煮	大豆 厚揚げ 野菜昆布	こんにゃく にんじん	じゃがいも 砂糖		小麦、大豆
		大根のみそ汁	油揚げ	大根 こねぎ			大豆
6	金	麦ごはん			米 麦	564 30.2	
		牛乳	牛乳				乳
		さばの塩麹焼	さば塩麹焼				さば
		浦上そばろ	大豆 豚肉	もやし ごぼう しらたき にんじん 干し椎茸	油 砂糖		小麦、大豆、豚肉
		豆乳みそ汁	油揚げ 乾燥わかめ 豆乳	大根 えのき こまつな にんじん	すりごま		ごま、大豆
9	月	麦ごはん			米 麦	608 30.1	
		牛乳	牛乳				乳
		豚肉の生姜焼き	豚肉	しょうが たまねぎ	砂糖		小麦、大豆、豚肉
		ポテトサラダ	ツナ	にんじん 枝豆	じゃがいも マヨネーズ		卵、大豆、りんご、魚
		野菜椀		白菜 にんじん しめじ こねぎ			小麦、大豆
10	火	型抜きチーズ	型抜きチーズ			556 25.6	乳
		親子丼	卵 鶏肉	たまねぎ こねぎ	米 麦 砂糖 でん粉		小麦、卵、大豆、鶏肉
		牛乳	牛乳				乳
		えのきのみそ汁	油揚げ	えのき しめじ たまねぎ こねぎ			大豆
		ごま和え		もやし ほうれんそう にんじん	ごま 砂糖		小麦、ごま、大豆
12	木	わかめうどん	乾燥わかめ 鶏肉	深ねぎ	うどん	584 19.0	小麦、さば、大豆、鶏肉、魚
		牛乳	牛乳				乳
		じゃがちゃん	牛乳		じゃがいも ホットケーキミックス 砂糖 白絞油		小麦、乳、牛肉、大豆
		れんこんツナサラダ	ツナ	ブロッコリー にんじん れんこん	マヨネーズ 砂糖		小麦、卵、大豆、りんご、魚
13	金	ミートボールハヤシライス	ミートボール	たまねぎ しめじ	米 麦 油	598 19.2	小麦、牛肉、大豆、鶏肉、豚肉
		牛乳	牛乳				乳
		クルトンスープ	ベーコン	こまつな たまねぎ にんじん	クルトン		小麦、乳、牛肉、大豆、豚肉
		いちごゼリー			みんなのゼリー長崎産いちご		
16	月	麦ごはん			米 麦	562 24.4	
		牛乳	牛乳				乳
		ねぎ塩チキン	鶏肉	深ねぎ	ごま油		小麦、ごま、大豆、鶏肉
		ナムル		ほうれんそう もやし にんじん	砂糖 ごま油		小麦、ごま、大豆
		根菜汁		れんこん 大根 ごぼう にんじん こんにゃく しめじ	里芋		小麦、大豆
17	火	せとか		せとか		697 30.2	
		ごはん			米		乳
		牛乳	牛乳				小麦、卵、乳、大豆、鶏肉、豚肉
		チーズハンバーグ	鶏肉 豚肉 豆腐 卵 牛乳 チーズ	たまねぎ	パン粉 砂糖		小麦
		フロカリスラダ		ブロッコリー カリフラワー 赤パプリカ とうもろこし	砂糖 油		小麦、乳、牛肉、大豆、貝
18	水	クラムチャウダー	あさり水煮 牛乳	にんじん たまねぎ ほうれんそう	じゃがいも バター 小麦粉	621 29.4	小麦、乳、大豆
		パンパン			パンパン		乳
		牛乳	牛乳				卵、乳、豚肉
		スパニッシュオムレツ	卵 豚肉 牛乳 チーズ	たまねぎ かぼちゃ 赤パプリカ ブロッコリー	油 砂糖		小麦、乳、牛肉、大豆、豚肉
		ミネストローネ	豚肉	たまねぎ にんじん 黄パプリカ	じゃがいも マカロニ		
19	木	ちゃんぽん	豚肉 さつま揚げ 牛乳	キャベツ にんじん たまねぎ もやし とうもろこし 木くらげ	ちゃんぽん麺	632 27.6	小麦、乳、大豆、鶏肉、豚肉、魚
		牛乳	牛乳				乳
		揚げぎょうざ	ぎょうざ		白絞油		小麦、大豆、鶏肉、豚肉
		ソフトマファール			ソフトマファール		小麦、卵
20	金	キムたくごはん	豚肉	深ねぎ たくあん漬け 白菜キムチ	米 ごま油	548 23.0	小麦、ごま、さば、大豆、豚肉、りんご、魚
		牛乳	牛乳				乳
		焼売					小麦、大豆、鶏肉、豚肉、貝
		春雨スープ	鶏肉	チンゲンサイ にんじん	S春雨 ごま油		小麦、ごま、大豆、鶏肉
		バナナ		バナナ			バナナ
24	火	ミートソーススパゲティー	牛肉 豚肉	水煮マッシュルーム たまねぎ ホールトマト	スパゲティー オリーブ油 油	609 28.8	小麦、乳、牛肉、大豆、豚肉
		牛乳	牛乳				乳
		ジュリアンスープ	ベーコン	キャベツ たまねぎ にんじん			小麦、乳、牛肉、大豆、豚肉
		ミニマフィン	卵 ヨーグルト 牛乳		砂糖 小麦粉 チョコレート		小麦、卵、乳
25	水	みそそばろ丼	鶏肉 大豆ミート	たまねぎ にんじん にら	米 麦 砂糖	574 26.6	小麦、大豆、鶏肉
		牛乳	牛乳				乳
		干し大根煮	さつま揚げ	切干大根 にんじん 干し椎茸 こんにゃく	砂糖		小麦、卵、大豆、魚
		かきたま汁	卵	にんじん こまつな			小麦、卵、大豆
26	木	麦ごはん			米 麦	607 26.5	
		牛乳	牛乳				乳
		麻婆豆腐	豆腐 豚肉	たまねぎ 深ねぎ たけのこ にら	ごま油 砂糖 でん粉		小麦、ごま、大豆、鶏肉、豚肉
		青菜ともやしのスープ	中華風つくね	こまつな もやし たまねぎ			小麦、ごま、大豆、鶏肉、豚肉
27	金	麦ごはん			米 麦	619 28.9	
		牛乳	牛乳				乳
		鮭のレモンソース	鮭		小麦粉 バター 砂糖 でん粉		小麦、乳、さけ、大豆
		塩っぺ和え	塩昆布	白菜 にんじん きゅうり	ごま油		ごま
		豚汁	豚肉 厚揚げ	にんじん たまねぎ ごぼう こんにゃく 大根 こねぎ	里芋		大豆、豚肉