



明和県央高等学校

2026年2月メニュー



日	曜日	献立名	食材	アレルギー	E：食材 P：アレルギー F：脂質	アスリート	アスリート アレルギー
2月2日	月	カレイの味噌粕漬焼き&肉じゃがコロッケ	カレイ 砂糖 みりん 酒粕 糖類 塩 酢 みそ 酒 じゃが芋 パン粉 玉葱 小麦粉 醤油 牛肉 大豆たん白 でん粉 ビーフエキス キャベツ 紫キャベツ	小麦 乳 大豆	E： 817 P： 26.1 F： 14.9	大盛 +チーズインハンバーグ (鶏 豚)	小麦 卵 乳 大豆
		和風サラダ	白菜 大根 もやし 人参 水菜 塩昆布 和風だし 醤油 砂糖	小麦 大豆			
		味噌汁	玉葱 油揚げ 和風だし 味噌噌	大豆			
2月3日	火	豚肉と根菜の甘辛丼	豚肉 ごぼう 人参 こんにゃく 玉葱 いんげん 小麦粉 醤油 酒 みりん 砂糖 片栗粉 ごま油	小麦 大豆	E： 815 P： 24.1 F： 17.2	大盛+カニクリーム コロッケ	カニ 小麦 卵 乳 大豆
		青菜と鮭の炒り卵あえ	小松菜 もやし 三色ピーマン 鮭フレーク 卵	小麦 卵 大豆			
		味噌汁	木綿豆腐 和風だし 味噌噌	大豆			
2月4日	水	ヒレカツ	豚肉 植物性たん白 卵白 塩 パン粉 小麦粉 ショートニング 植物油 卵 紫キャベツ	小麦 卵 大豆	E： 965 P： 25.9 F： 31.1	大盛 +彩り焼売(二種) だけのこ(タラ) かぼちゃ(鶏肉 タラ)	小麦 乳 大豆
		ポテトサラダ	じゃが芋 玉葱 ミックスベジタブル マヨネーズ 塩 胡椒	卵 大豆			
		コンソメスープ	ほうれん草 コンソメ 塩 胡椒	小麦 乳 大豆			
2月5日	木	エビチリ豆腐丼	えび 木綿豆腐 玉葱 枝豆 豆板醤 にんにく しょうが 中華だし トマトケチャップ 醤油 砂糖 酢 片栗粉 ごま油	エビ 小麦 大豆	E： 834 P： 28.0 F： 16.3	大盛+豚バラ大根 (ごま油)	小麦 大豆
		切干大根サラダ	切干大根 きゅうり 人参 ハムスライス ごま醤油ドレッシング	小麦 卵 乳 大豆			
		中華スープ	卵 中華だし 塩 胡椒 醤油	小麦 卵 大豆			
2月6日	金	グリルチキンマヨマスタートソース	鶏肉 小麦粉 塩 胡椒 マヨネーズ 粒マスタート スパゲッティ 玉葱 オリーブ油 バジル粉	小麦 卵 大豆	E： 1049 P： 37.6 F： 38.3	大盛 +イカリングフライ	小麦 大豆
		ほうれん草入りオムレツ	卵 ほうれん草 砂糖 植物油 塩 酢 しょうが トマトケチャップ	卵 大豆			
		コンソメスープ	キャベツ コンソメ 塩 胡椒	小麦 乳 大豆			
2月9日	月	ナポリタン	スパゲッティ 豚肉 玉葱 三色ピーマン マッシュルーム バター オリーブ油 トマトケチャップ ウスターソース(りんご) 中濃ソース(りんご) 塩 胡椒 砂糖	小麦 乳	E： 635 P： 22.3 F： 24.0	大盛 +ささ身のり塩風味揚げ	小麦 大豆
		ウインナーとキャベツのサラダ	ウインナー キャベツ 玉葱 人参 塩 胡椒 マヨネーズ ヨーグルト レモン汁	卵 乳 大豆			
		コンソメスープ	ミックスベジタブル コンソメ 塩 胡椒	小麦 乳 大豆			
2月10日	火	とり天丼	鶏肉 酒 醤油 にんにく しょうが 小麦粉 片栗粉 砂糖 みりん	小麦 大豆	E： 1050 P： 36.3 F： 34.6	大盛+ハンバーグ (鶏 豚 牛)	小麦 卵 乳 大豆
		中華サラダ	メンマ もやし チンゲン菜 人参 きくらげ 中華ドレッシング(ごま)	小麦 大豆			
		味噌汁	卵 和風だし 味噌噌	卵 大豆			
2月12日	木	三色丼	豚肉 鶏糸卵 ほうれん草 和風だし 醤油 酒 砂糖 みりん 片栗粉 ごま油 紅生姜	小麦 卵 大豆	E： 756 P： 23.6 F： 2.5	大盛 +にんにくの芽 スタミナ炒め (牡蠣エキス)	小麦 大豆
		ジャーマンポテト	ポテト ベーコン 玉葱 バター コンソメ 塩 胡椒 パセリ粉	小麦 卵 乳 大豆			
		味噌汁	白菜 油揚げ 和風だし 味噌噌	大豆			
2月13日	金	クリームシチュー	鶏肉 じゃが芋 玉葱 人参 バター 白ワイン コンソメ ホホワイトソース 牛乳 クリームシチューミックス 塩 胡椒	小麦 乳 大豆	E： 905 P： 26.6 F： 24.7	大盛 +オマール海老入り コロッケ (えび かに)	エビ カニ 小麦 卵 乳 大豆
		野菜明太あえ	ブロッコリー カリフラワー 玉葱 三色ピーマン 明太子 マヨネーズ 塩 胡椒	卵 大豆			
		コンソメスープ	大根 結さや コンソメ 塩 胡椒	小麦 乳 大豆			
2月16日	月	鶏の照焼&紅ずわいがに入り焼売	さくら 醤油 酒 みりん 砂糖 玉葱 豚肉 魚肉 小麦粉 でん粉 卵白 じゃが芋 植物性たん白 塩 しょうが 紅ずわいがに 糖類 香辛料 フード チキンエキス ポークエキス かにエキス えびエキス 大豆粉 キャベツ 紫キャベツ	エビ カニ 小麦 卵 大豆	E： 922 P： 29.1 F： 25.8	大盛+カレーコロッケ (牛 鶏 豚)	小麦 乳 大豆
		麻婆大根	豚肉 大根 人参 いんげん 中華だし 豆板醤 味噌 醤油 砂糖 オイスターソース 生姜 片栗粉 ごま油	小麦 大豆			
		中華スープ	わかめ ごま 中華だし 塩 胡椒	小麦			
2月24日	火	酸辣湯うどん	うどん 豚肉 だけのこ しいたけ きくらげ 長葱 卵 中華だし 醤油 酢 唐辛子 豆板醤 ラー油 片栗粉 ごま油	小麦 卵 大豆	E： 541 P： 14.5 F： 20.2	大盛+ご飯 +竹輪磯辺揚げ (魚肉)	小麦 大豆
		じゃがバターコーン	じゃが芋 玉葱 コーン ガーリックバター 塩 胡椒	乳 大豆			
2月25日	水	鶏肉の唐揚げ	鶏肉 酒 塩 中華だし 砂糖 胡椒 レモン汁 にんにく しょうが 片栗粉 キャベツ 紫キャベツ	小麦	E： 1038 P： 34.5 F： 36.6	大盛 +肉焼売 (鶏 豚 魚肉) エビ カニ	エビ カニ 小麦 卵 大豆
		ファルファッセルのサラダ (リボン型パスタのサラダ)	ファルファッセルパスタ 玉葱 ミックスベジタブル マヨネーズ 塩 胡椒	小麦 卵 大豆			
		味噌汁	卵 和風だし 味噌噌	卵 大豆			
2月26日	木	白身魚のソテーガーリックペッパーソース	モロカ オリーブ油 小麦粉 にんにく 醤油 砂糖 胡椒 スパゲッティ フライドポテト パセリ粉	小麦 大豆	E： 833 P： 29.7 F： 13.9	大盛+アジフライ	小麦 大豆
		野菜の胡麻あえ	白菜 もやし 三色ピーマン ほうれん草 ごま 和風だし 醤油 砂糖 みりん	小麦 大豆			
		味噌汁	木綿豆腐 和風だし 味噌噌	大豆			
2月27日	金	ビーフカレー	牛肉 玉葱 人参 じゃが芋 オリーブ油 赤ワイン にんにく カレー粉 カレールウ(やまいも)	小麦 大豆	E： 900 P： 18.9 F： 30.0	大盛 +肉団子のトマト煮 (鶏 ごま)	小麦 卵 乳 大豆
		かぼちゃとヨーグルトのデリ風サラダ	かぼちゃ 玉葱 レーズン ヨーグルト マヨネーズ 塩 胡椒アーモンド	卵 乳 大豆			
		コンソメスープ	キャベツ コンソメ 塩 胡椒	小麦 乳 大豆			

※加工食品については、製造工程において機械や器具などから

アレルギーが混入(コンタミネーション)が起こる場合があります。コンタミネーションの記載はしていません。

※材料などの都合によりメニューが変更になる場合がございます。その際はご了承ください。

※ご不明な点は給食職員までお願いいたします。

アレルギーを含む食品 特定原材料 8品目 エビ カニ 小麦 そば 卵 乳 落花生 くるみ

特定原材料に準ずるもの 大豆

※その他特定原材料に準ずるものに関しては食材名を参考にして下さい。