

令和8年2月

豊能町立東能勢小中学校5・6年生献立表(小学生用)

通常食

月 2	火 3	水 4	木 5	金 6
サワラのソース煮 かぼちゃサラダ ほうれん草とえのきのお浸し みかん缶	豚肉のしょうが炒め 小松菜とツナの炒め煮 だし巻き卵 和菓子(お多福)	すきやき 切干大根の煮物 キャベツソテー りんご缶	鶏の唐揚げ ごぼうサラダ ほうれん草のソテー じゃがコーン	豚肉のしぐれ煮 和風サラダ さつまいもの素揚げ 大根の塩昆布和え 瀬戸ふりかけ
牛乳 ごはん I補給 -684kcal	牛乳 ごはん I補給 -765kcal	牛乳 ごはん I補給 -701kcal	牛乳 ごはん I補給 -752kcal	牛乳 ごはん I補給 -682kcal
9 アジの照焼き 厚揚げの煮物 ほうれん草の煮びたし 抹茶餅	10 八宝菜 揚げ餃子・揚げシュウマイ 小松菜とじゃこの炒め物 もやしと人参の和え物	11 建国記念の日	12 鶏肉のトマトオニオンソース スパゲティサラダ オクラの和え物 チーズ	13 ヒレカツ キャベツサラダ いんげんとささみの和え物 パイン缶 青じそドレッシング小袋 ビーフカレー
牛乳 ごはん I補給 -669kcal	牛乳 ごはん I補給 -782kcal		牛乳 ごはん I補給 -744kcal	牛乳 ごはん I補給 -800kcal
16 豚肉と大根の煮物 小松菜とチキンの炒め物 さつまいもの甘煮 オクラの梅和え しそこんぶふりかけ	17 サバの甘酢あんかけ 高野豆腐の含め煮 白菜とわかめの和え物 りんご缶	18 おろしハンバーグ れんこんのきんぴら ほうれん草とコーンの和え物 金時豆	19 牛肉のケチャップ炒め ポテトサラダ 白菜とウィンナーのコンソメ煮 チーズ	20 ガーリック醤油チキン 大根とハムのサラダ 小松菜とえのきのソテー パイン缶
牛乳 ごはん I補給 -702kcal	牛乳 ごはん I補給 -765kcal	牛乳 ごはん I補給 -661kcal	牛乳 ごはん I補給 -723kcal	牛乳 ごはん I補給 -671kcal
23 天皇誕生日	24 アジフライ ジャーマンポテト にんじんしりしり ミニいちごゼリー	25 豚肉のオイスター炒め 大学芋 オクラの和え物 きゅうりとツナの中華和え	26 鶏肉のレモン煮 ナポリタン ほうれん草と人参の和え物 大根のコンソメ煮 ミルメークココア	27 プルコギ カップグラタン キャベツとじゃこの炒め物 白菜サラダ
	牛乳 ごはん I補給 -744kcal	牛乳 ごはん I補給 -750kcal	牛乳 ロールパン I補給 -824kcal	牛乳 ごはん I補給 -696kcal

※献立は交通事情や購入、天候その他の都合で変更することがあります。ご了承ください。