

2月

多賀城中学校
第二中学校
東豊中学校
高崎中学校

予定献立表(中学校)

2026年2月分

ドリームランチ多賀城
多賀城市学校給食センター

日曜	休みの学校	献立名		使用する主な食べ物						栄養価			
		主食	副食	体の組織をつくる			体の調子を整える			熱や力のもとになる			
				1群・2群		3群・4群		5群・6群		エネルギー kcal	たんぱく質 g		
2月	全中3年生	ごはん (のりふりかけ)	魚のたつたあげ 奈良のっぺ煮 にゅうめん	かれい なると みそ	鶏肉 みぞ	生揚げ のり	油揚げ	だいこん さやいんげん たまねぎ	【にんじん】 【たまねぎ】 【まつま】	ご飯 ごめ油 こんにゃく 砂糖	でん粉 う一めん	844 29.5	
3火		チョコレートパン	フランクフルト(卓上ケチャップ) カミカミ根菜サラダ 白菜のクリームシチュー	フランクフルト スキムミルク	ツナ チーズ	鶏肉 牛乳	生クリーム	ごぼう たまねぎ はくさい	きゅうり にんじん しめじ	パン	和風ドレッシング じゃがいも ごめ油 チョコレート	948 36.8	
4水		ごはん	さばのみそ煮 四種野菜のナムル風 やかもち汁 みかんゼリー	さば みそ	こんぶ	鶏肉	かまぼこ	こまつな とうもろこし ねぎ	【にんじん】 【もやし】 【しめじ】	ご飯 ごま油 白玉もち	砂糖 ゼリー	792 28.7	
5木	二中3年生	ごはん	森林鶏のたつた揚げ ひじきのカラフル炒め ひきな汁	鶏肉 ベーコン 豆腐	ひじき 豆腐	大豆 みそ	油揚げ	パプリカ にんじん ねぎ	えだまめ だいこん	ご飯 砂糖	ごめ油 こんにゃく でん粉	822 33.2	
6金		チーズパン	エビカツ(タルタルソース) チキンサラダ ジュリアンスープ	えび	チーズ	鶏肉	ベーコン	【にんじん】 【キャベツ】	ブロッコリー だいこん パセリ	パン	ごめ油 タルタルソース フレンチドレッシング パン粉	907 37.3	
9月	東豊中	麦ごはん	豚丼 ごま酢和え きのこと野菜のみそ汁	豚肉	油揚げ	みそ		たまねぎ 【にんじん】 【えのき】	しいたけ 【きゅうり】 【だいこん】	もやし 【しめじ】	ご飯 大麦 砂糖	ごめ油 ふ じゃがいも	827 31.8
10火	多中1年生 東豊中	わかめごはん	白身魚フライ(卓上ソース) 和風ポテトサラダ ごんぽ汁	わかめ 鶏肉	ほき 油揚げ	ハム 豆腐	チーズ おから	えだまめ	ごぼう にんじん 【ねぎ】	【ねぎ】	ごめ油 焙煎ごまドレッシング マヨネーズ	886 32.0	
12木		せんいパン (メープルジャム)	メンチカツ わかめとツナのサラダ クラムチャウダー	鶏肉 わかめ スキムミルク	わん	ツナ 牛乳 チーズ	あさり 生クリーム 【ねぎ】	とうもろこし 【にんじん】 【マッシュルーム】	きゅうり 【たまねぎ】 【えだまめ】	レモン パン	砂糖 バター フレンチドレッシング じゃがいも ジャム パン粉	918 36.0	
13金		ごはん	ハンバーグおろしソース 切り干しこんぶの煮物 豚汁	こんぶ 豆腐	さつま揚げ みそ	大豆	豚肉 鶏肉	だいこん 【えだまめ】 【ねぎ】	【にんじん】 【ごぼう】 【たまねぎ】	たけのこ 【しめじ】 【はくさい】	ご飯 ごま 砂糖	でん粉 ごめ油 じゃがいも	852 36.6
16月		ごはん	赤魚の塩こうじ焼き 小松菜のチーズおか和え さつま汁 アセロラゼリー	赤魚 わかめ	かつおぶし 豆腐	チーズ みそ	鶏肉	ごま	さつま揚げ 【みそ】	【ねぎ】	ごめ油 さつまいも ゼリー	780 33.1	
17火		減塩ソフトパン (いちごジャム)	キッシュ風卵焼き パスタサラダ 冬野菜のポトフ	卵	ツナ	フランクフルト	豚肉	きゅうり だいこん	【にんじん】 【プロッコリー】	はくさい	パン スパゲティ フレンチドレッシング じゃがいも ジャム	874 29.0	
18水		麦ごはん	肉みそ 春雨サラダ かきたま汁	豚肉 卵	ひよこ豆 なると	レバー	みそ	【にんじん】 【きゅうり】 【えのき】	ピーマン 【ねぎ】	しょうが 【きくらげ】	ご飯 大麦 砂糖 中華ドレッシング ごめ油 春雨	839 31.2	
19木	二中	ごはん	味付け肉だんご(2個) ナムル あさりとキムチのテンジャンスープ ヨーグルト	鶏肉 豆腐	かまぼこ ヨーグルト	あさり 豚肉	【ねぎ】	こまつな 【はくさい】 【にんにく】	【にんじん】 【だいこん】 【にんにく】	もやし 【にら】 【たまねぎ】	ご飯 ごま 砂糖 パン粉 韓国ナムルドレッシング マロニー ごめ油 ごま油	852 34.1	
20金	二中1、2年生	せんいパン (バニラメル)	ハムチーズピカタ キャベツとコーンのサラダ かぼちゃのクリームスープ	卵	ハム スキムミルク チーズ	ベーコン 牛乳 生クリーム	【白いんげん豆】	キャベツ 【にんじん】 【たまねぎ】	きゅうり 【たまねぎ】 【かぼちゃ】	とうもろこし 【かぼちゃ】	パン ごめ油 玉ねぎドレッシング パテキャラメル	868 30.5	
24火		麦ごはん	ポークカレー アロエ入りフルーツヨーグルト 豆入り小魚	豚肉	ひよこ豆	スキムミルク 牛乳 かたくちいわし	大豆	【にんじん】 【パン】 【もも】	たまねぎ 【パン】	にんにく 【アロエ】	ご飯 大麦 砂糖 じゃがいも ごめ油 カレールウ ごま	907 32.1	
25水		ごはん (お魚ぶりかけ)	ショウウロンポウ(2個) バンバンジーサラダ めんこいみそスープ	鶏肉	豚肉	【みそ】	かつお節	たまねぎ 【にんじん】 【にら】 【ねぎ】	きゅうり 【にんじん】 【はくさい】 【にら】 【ねぎ】	もやし 【しめじ】 【キャベツ】 【きくらげ】 【にんにく】	ご飯 ごま 小麦粉 棒々鶏ドレッシング 米粉めん ごま油	801 27.9	
26木	二中	ココアパン	チーズインハンバーグ 三色ソテー スコッチプロス 豆乳パンコッタ	鶏肉	チーズ	ウインナー	ベーコン ひよこ豆	とうもろこし 【たまねぎ】 【パセリ】	えだまめ 【にんじん】 【にんにく】	にんじん 【にら】 【たけのこ】	パン バター じゃがいも 大麦 パンナコッタ	861 32.4	
27金	多中	麦ごはん	白花豆コロッケ(卓上ソース) マー婆ー豆腐 デコポン	豆腐	豚肉	大豆	レバー	【ねぎ】 【白花豆】	【ねぎ】 【にんにく】 【たけのこ】	じいたけ 【にら】 【にんにく】	ご飯 大麦 砂糖 でん粉 パン粉	958 36.0	
はしは毎日忘れずに持ってきましょう。				牛乳は毎日つきます。		都合により献立が変更になる場合があります。							

2月給食だより

宮城県の地場産物を知ろう



今月の地場产品

ねぎ・にんじん
こまつな・みそ

献立表で□印がついている食材は多賀城市的地場产品を使う予定です。

月平均栄養量

	エネルギー kcal	たんぱく質 g	脂質 g	食塩相当量
1回当りの平均	863 kcal	32.6 g	26.9 g	3.4 g

宮城県は、豊かな自然に囲まれ海・山・大地が育む多彩で豊富な食材に恵まれている「食材王国」です。それぞれの気候、風土に合った地場産物があり、地場産物を使った郷土料理も昔から言い伝えられています。地域を知って育まれる郷土愛、生産者への感謝、自然への畏敬の念などを、給食でも伝えたいです。

宮城食材マップ



多賀城にゆかりのある歌人「大伴家持」と「おもち」をかけて名付けられた「やかもち鍋」があります。

和歌に使う短冊に見立て、地元の野菜を長細く切りそろえ、奈良の都から来た家持がなじみ深い味、白だし醤油で味付けします。そして多賀城市産の古代米のおもちも加えます。

2月4日の給食では、「やかもち汁」にアレンジして提供します。古代米のおもちのかわりに、給食で人気の「白玉もち」を入れています。

2日には、多賀城市的友好都市である奈良市の郷土料理「にゅうめん」がでます。東西の味を食べくらべてみましょう！