

※一人分量は、小学校3～4年生を基準に作成しています。  
 その他の学年の一人分量は、以下のように換算してください。  
 (小1～2年生：0.8倍、小5～6年生：1.1倍、中学生：1.3倍)

## 令和8年2月分 詳細献立表

美都学校給食共同調理場  
 ●卵・卵由来成分を含む

2026年2月2日(月)

料理名/食品名	一人分量 単位
[牛乳]	
牛乳	1本
[ご飯]	
水稲穀粒(精白米)	80g
[ローストチキン]	
鶏肉モモ切身50g	1個
鶏肉モモ切身60g	0個
料理酒1.8L	1.5g
はちみつ	1g
本味酢 1.8L	1g
こいくちしょうゆ	3.5g
冷凍おろしにんにく	0.6g
[りっちゃんの元気サラダ]	
キャベツ	20g
きゅうり	5g
チキンハム(短冊)500g	6.5g
スーパースイードコーン	5g
にんじん	5g
らくらく昆布	0.3g
100%花かつお 100g	0.6g
三温糖	0.2g
穀物酢	2g
ハウス トマトコショ-300g	0.02g
食塩	0.3g
サラダ油 1.5kg	0.6g
[ミネストローネ]	
豚モモ(こま切れ)	20g
にんにく	1g
レタソフワイン(赤)1.8L	1g
サラダ油 1.5kg	0.7g
蒸しひよこ豆(ドライパック)	10g
じゃがいも	20g
玉葱	20g
にんじん	10g
パセリ	1g
冷凍国産トマトカット15mm	13g
理研 コンソメ 500g	1g
カゴメ トマトチップ テリカウス1kg	10g
トマトピューレ(食塩無添加)1kg	10g
ハウス トマトコショ-300g	0.02g
食塩	0.2g

2026年2月3日(火)

### 節分献立

料理名/食品名	一人分量 単位
[牛乳]	
牛乳	1本
[麦ご飯 80g]	
水稲穀粒(精白米)	76g
おおむぎ(米粒麦)	4g
[いわしの揚げ煮]	
開き切身(腹須取り)	1個
馬鈴薯でんぷん1kg	4g
大豆白絞油	3.5g
いりごま(白)1kg	0.2g
こいくちしょうゆ	2.3g
本味酢 1.8L	1g
三温糖	0.8g
料理酒1.8L	1g
水	5g
[大豆のジャムドレサラダ]	
キャベツ	23g
にんじん	5g
大豆水煮	10g
角切チーズ8mm	6.5g
乾燥若布	0.3g
ちりめん	2g
クッキングア-モンド(細切)500g	3g
うすくちしょうゆ	1.5g
穀物酢	2g
ゆずマーマレード	2.2g
オリーブオイル1L	0.5g
[けんちん汁]	
さといも	20g
にんじん	10g
だいこん	20g
木綿豆腐	20g
乾燥椎茸(美都産)	1g
ねぎ	3g
だしパック(かつお)	3g
こいくちしょうゆ	2.5g
食塩	0.4g
料理酒1.8L	2g
JFS 純正ごま油	0.5g

2026年2月4日(水)

料理名/食品名	一人分量 単位
[牛乳]	
牛乳	1本
[麦ご飯 80g]	
水稲穀粒(精白米)	76g
おおむぎ(米粒麦)	4g
[ざざしのゆず塩焼き]	
ざざし切身50g	1個
ざざし切身60g	0個
料理酒1.8L	1g
ケ-オ塩麴 1.2kg	7g
ゆず果汁600mL	1.5g
[切干大根のごま酢和え]	
切干大根(益田産)	3g
小松菜	25g
にんじん	5g
ス-ル系かまぼこ(ほぐし)	12g
すりごま(白)	2g
穀物酢	2g
こいくちしょうゆ	1.5g
三温糖	0.8g
[●ピリ辛卵スープ]	
豚肉(モモ肉小切)	13g
料理酒1.8L	0.5g
JFS 純正ごま油	0.6g
はくさい(キムチ漬け)リハラ	7g
●たまご	15g
にんじん	5g
太もやし	8g
たけのこ水煮(短冊)	13g
乾燥椎茸(美都産)	0.5g
ねぎ	2g
中華スープ	0.8g
うすくちしょうゆ	2g
馬鈴薯でんぷん1kg	1g
→[卵対応食]	
カットベーコンIQF500g	18g
白菜キムチ	10g
にんじん	5g
たけのこ(短冊)タイ産	12g
ベトナム産きくらげスライス	0.5g
白ねぎ	3g
清湯スープ(3kg)	3g
うすくちしょうゆ	0.8g
馬鈴しよ澱粉1kg	0.8g
食塩 1kg	0.05g
ハウス 風車コショ-300g	0.02g

※一人分量は、小学校3～4年生を基準に作成しています。  
 その他の学年の一人分量は、以下のように換算してください。  
 (小1～2年生：0.8倍、小5～6年生：1.1倍、中学生：1.3倍)

## 令和8年2月分 詳細献立表

美都学校給食共同調理場  
 ●卵・卵由来成分を含む

2026年2月5日(木)

料理名/食品名	一人分量 単位
[牛乳] 牛乳	1本
[ご飯] 水稻穀粒(精白米)	80g
[海藻と水菜のサラダ] 海藻サラダGS100g	1.2g
キャベツ	32g
水菜	7g
にんじん	7g
ツナ水煮フレーク	6g
Dr.和風おろし	6g
[手作りルウのポークカレー] 豚肉(モモ肉小切)	30g
玉葱	40g
にんじん	20g
じゃがいも	45g
サラダ油 1.5kg	1g
冷凍おろしにんにく	0.5g
冷凍おろししょうが	0.5g
食塩	0.3g
理研 コンソメ 500g	1g
JF ウスターソース エクセル1.8L	2g
こいくちしょうゆ	2g
かめトマトチャップ デリカソース1kg	2g
国産無添加リンゴソース	5g
水	120g
調理用バター200g	4g
サラダ油 1.5kg	4g
薄力粉	8g
カレー粉(純)200g	0.8g
[ゆずっこゼリー] クールゼリーの素600g	12g
ゆず果汁600mL	3g
水	57g
ナタデココ	7g

2026年2月6日(金)

料理名/食品名	一人分量 単位
[牛乳] 牛乳	1本
[ご飯] 水稻穀粒(精白米)	80g
[チキンチキンごぼう] 鶏モモ(1.5cm角切)	50g
馬鈴薯でんぷん1kg	4g
ごぼう	18g
米粉	3g
大豆白絞油	6.5g
料理酒1.8L	1g
本味酢 1.8L	0.5g
三温糖	2g
こいくちしょうゆ	3g
おきえだまめ500g	6g
[ゆかり和え] キャベツ	30g
小松菜	15g
にんじん	5g
しそご飯の素(国産赤しそ)	0.4g
食塩	0.1g
[厚揚げのみそ汁] 白菜	25g
にんじん	8g
えのきだけ	8g
厚揚げ	20g
ねぎ	2g
みそ	4g
大和米味噌(白)1kg	4g
煮干しだし	2g

2026年2月9日(月)

料理名/食品名	一人分量 単位
[牛乳] 牛乳	1本
[ご飯] 水稻穀粒(精白米)	80g
[豚肉のしょうが炒め] 豚モモ(こま切れ)	50g
玉葱	40g
おきえだまめ500g	3g
しょうが	1g
こいくちしょうゆ	4g
本味酢 1.8L	1.6g
三温糖	0.7g
料理酒1.8L	1.3g
サラダ油 1.5kg	0.7g
[大根の酢の物] だいこん	40g
小松菜	15g
にんじん	5g
乾燥若布	0.3g
食塩	0.2g
うすくちしょうゆ	0.6g
穀物酢	2.5g
三温糖	1.2g
[さといものみそ汁] 玉葱	10g
にんじん	8g
さといも	30g
厚揚げ	15g
ねぎ	2g
煮干しだし	2g
みそ	4g
大和米味噌(白)1kg	4g

※一人分量は、小学校3～4年生を基準に作成しています。  
 その他の学年の一人分量は、以下のように換算してください。  
 (小1～2年生：0.8倍、小5～6年生：1.1倍、中学生：1.3倍)

## 令和8年2月分 詳細献立表

美都学校給食共同調理場  
 ●卵・卵由来成分を含む

2026年2月10日(火)

シェフ×ますだの学校給食プロジェクト

料理名/食品名	一人分量 単位
[牛乳]	
牛乳	1本
[麦ご飯 80g]	
水稲穀粒(精白米)	76g
おおむぎ(米粒麦)	4g
[サケの香草焼き]	
サケ切身50g	1個
サケ切身60g	0個
こいくちしょうゆ	1.5g
食塩	0.1g
冷凍おろしにんにく	0.5g
冷凍おろししょうが	0.5g
ナツメグ(粉)	0.01g
SB パセリ(乾)	0.1g
バジル(粉)	0.15g
料理酒1.8L	1g
[冬野菜のゆずドレッシング]	
だいこん	20g
小松菜	15g
にんじん	5g
キャベツ	17g
チキンささみ水煮	6.5g
三温糖	0.5g
穀物酢	2g
うすくちしょうゆ	2g
ゆず果汁 600mL	0.5g
オリーブオイル1L	0.6g
[グラムチャウダー(藤原シェフ)]	
おいしいあさり	13g
白ワイン	1g
料理酒1.8L	1g
にんじん	8g
かぶ	10g
玉葱	10g
セロリー	3g
キャベツ	15g
学給用スティックベーコン 500g	6.5g
にんにく	1g
食塩	0.4g
オリーブオイル1L	1g
チキンスープ	5g
理研 コンソメ 500g	0.8g
ハウス マスコンジョ-300g	0.02g
薄力粉	5g
生クリーム	5g
調理用バター200g	4g
牛乳	20g

2026年2月12日(木)

料理名/食品名	一人分量 単位
[牛乳]	
牛乳	1本
[あげぼん(きなこ)]	
南の大地 コッパハン(個包装)70g	1個
南の大地 コッパハン(個包装)90g	0個
きな粉(大豆)	3g
三温糖	3.3g
食塩	0.1g
大豆白絞油	5g
[豚肉のケチャップ炒め]	
豚肉(モモ肉小切)	40g
食塩	0.1g
ハウス マスコンジョ-300g	0.03g
馬鈴薯てんぷん1kg	3.5g
サラダ油 1.5kg	1g
玉葱	30g
国産カラーピーマン(ミックス)	6.5g
レンコン水煮(乱切)	13g
チンゲンツァイ	10g
三温糖	2g
かぼちゃケチャップ テリカユ-1kg	2g
こいくちしょうゆ	3g
穀物酢	4g
[わかめのサラダ]	
乾燥若布	0.6g
切干大根(益田産)	2.5g
キャベツ	27g
にんじん	7g
すりごま(白)	2g
すりごま醤油ドレッシング 1L	6.5g
[ABCスープ(白菜)]	
鶏肉ムネ(1.5cm角)	12g
サラダ油 1.5kg	0.2g
にんじん	8g
じゃがいも	15g
マカロニ(アルファベット)500g	3.2g
白菜	15g
小松菜	8g
理研 コンソメ 500g	1g
うすくちしょうゆ	2g
食塩	0.1g

2026年2月13日(金)

料理名/食品名	一人分量 単位
[牛乳]	
牛乳	1本
[ご飯]	
水稲穀粒(精白米)	80g
[鯖の味噌煮(手作り)白みそ]	
サバ切身50g	1個
サバ切身60g	0個
料理酒1.8L	1g
しょうが	1g
三温糖	2.5g
こいくちしょうゆ	3g
大和米味噌(白)1kg	6g
本味酢 1.8L	2g
水	18g
[磯香和え]	
ほうれん草	28g
細もやし	25g
にんじん	5g
出雲のおいしいちくわ5mm	5g
もみのり	1g
こいくちしょうゆ	1.5g
[だんご汁]	
ひとくちいもち(ブレン)	24g
乾燥椎茸(美都産)	1g
玉葱	15g
にんじん	8g
えのきたけ	8g
ねぎ	2g
こいくちしょうゆ	1.5g
うすくちしょうゆ	2g
食塩	0.2g
だしパック(かつお)	3g

※一人分量は、小学校3～4年生を基準に作成しています。  
 その他の学年の一人分量は、以下のように換算してください。  
 (小1～2年生：0.8倍、小5～6年生：1.1倍、中学生：1.3倍)

## 令和8年2月分 詳細献立表

美都学校給食共同調理場  
 ●卵・卵由来成分を含む

2026年2月16日(月)

料理名/食品名	一人分量 単位
[牛乳]	
牛乳	1本
[ご飯]	
水稻穀粒(精白米)	80g
[肉信田の含め煮]	
肉入りしのだ 50g	1個
肉入りしのだ 60g	0個
三温糖	1.5g
料理酒1.8L	3g
本味酢 1.8L	3g
こいくちしょうゆ	2g
水	8g
[ブロッコリーのごまマヨ和え]	
キャベツ	23g
にんじん	5g
ブロッコリー	20g
すりごま(白)	1.5g
QPIegg ケア(ノンエッグ マヨネーズ)	6g
こいくちしょうゆ	1g
[鮭のみそ汁]	
じゃがいも	20g
だいこん	10g
にんじん	8g
秋鮭角切り	20g
白菜	10g
大和米味噌(白)1kg	6g
みそ	2g
煮干しだし	2g

2026年2月17日(火)

教えて!人気メニュー (川登保育園)

料理名/食品名	一人分量 単位
[牛乳]	
牛乳	1本
[麦ご飯 80g]	
水稻穀粒(精白米)	76g
おおむぎ(米粒麦)	4g
[ぶりの竜田揚げ]	
ぶり 50g	1切
ぶり 60g	0切
冷凍おろししょうが	0.25g
料理酒1.8L	3.5g
こいくちしょうゆ	4g
本味酢 1.8L	1g
馬鈴薯てんぷん1kg	6g
大豆白絞油	4g
[じゃがいもの梅おかか和え]	
じゃがいも	50g
きゅうり	5g
にんじん	5g
三温糖	0.5g
うすくちしょうゆ	0.5g
梅(塩漬)	1g
ワタ花かつお 100g	0.6g
[大根と油揚げのみそ汁]	
だいこん	30g
にんじん	8g
えのきたけ	10g
油揚げ	3g
太もやし	10g
ねぎ	2g
みそ	4g
大和米味噌(白)1kg	4g
煮干しだし	2g

2026年2月18日(水)

益田の食育の日献立/人気メニューリレー (津和野)

料理名/食品名	一人分量 単位
[牛乳]	
牛乳	1本
[麦ご飯 80g]	
水稻穀粒(精白米)	76g
おおむぎ(米粒麦)	4g
[鶏肉のチリソースかけ(津和野)]	
鶏肉モモ切身50g	1個
鶏肉モモ切身60g	0個
食塩	0.1g
ハウス マラスコジョ-300g	0.02g
料理酒1.8L	2g
白ねぎ	3g
冷凍おろししょうが	0.6g
冷凍おろしにんにく	0.6g
豆板醤	0.05g
JFS 純正ごま油	0.3g
三温糖	1.2g
カゴメトマトケチャップ デリカコースIk	5g
こいくちしょうゆ	0.5g
料理酒1.8L	0.5g
水	1g
●パンサンデー	
カシ はるさめS国産1kg	4g
チキンハム(短冊)500g	6g
きゅうり	4g
にんじん	5g
キャベツ	20g
●錦糸卵(真空)500g	6g
三温糖	0.7g
JFS 純正ごま油	0.3g
穀物酢	2g
うすくちしょうゆ	0.8g
食塩	0.2g
→[卵対応食]	
はるさめ(カシ)1kg	3g
ライトツナ水煮フレーク	15g
きゅうり	5g
にんじん	5g
キャベツ	20g
スーパーズweetコーン	8g
三温糖	0.8g
うすくちしょうゆ	2.5g
穀物酢	2g
いりごま(白)1kg	0.8g
ごま油 1.65kg	0.3g
[マーボー豆腐]	
豚肉(ミンチ)	25g
木綿豆腐	30g
にんじん	10g
ねぎ	3g
乾燥椎茸(美都産)	0.5g
にんにく	0.1g
玉葱	30g
こいくちしょうゆ	0.6g
みそ	5g
料理酒1.8L	1.5g
本味酢 1.8L	1.8g
中華スープ	0.8g
馬鈴薯てんぷん1kg	4g
JFS 純正ごま油	1g

※一人分量は、小学校3～4年生を基準に作成しています。  
 その他の学年の一人分量は、以下のように換算してください。  
 (小1～2年生：0.8倍、小5～6年生：1.1倍、中学生：1.3倍)

## 令和8年2月分 詳細献立表

美都学校給食共同調理場  
 ●卵・卵由来成分を含む

2026年2月19日(木)

料理名/食品名	一人分量 単位
[牛乳]	
牛乳	1本
[ご飯]	
水稻穀粒(精白米)	80g
[美都の幸井の具(しぐれ)]	
豚肉(モモ肉小切)	50g
乾燥椎茸(美都産)	1.2g
水	15g
ゆず果汁600mL	2g
レダソウワイン(赤)1.8L	6g
三温糖	1g
こいくちしょうゆ	6g
サラダ油 1.5kg	0.7g
[美都の幸井の具(丸)]	
小松菜	30g
にんじん	10g
細もやし	10g
三温糖	0.5g
こいくちしょうゆ	1g
いりごま(白)1kg	1g
JFS 純正ごま油	0.5g
やさしい海の細かまぼこ黄	6g
焼きぎみのり(岡山県産)	0.3g
[春雨キムチスープ]	
鶏モモ(1cm角切)	13g
白菜	10g
にんじん	8g
木綿豆腐	15g
はくざい(キムチ漬け)リッパ	8g
ケシ はるさめS国産1kg	3.5g
ねぎ	2g
中華スープ	0.5g
大和米味噌(白)1kg	4g
こいくちしょうゆ	1g
JFS 純正ごま油	0.3g

2026年2月20日(金)

料理名/食品名	一人分量 単位
[牛乳]	
牛乳	1本
[わかめご飯]	
水稻穀粒(精白米)	80g
わかめごはんの素(減塩)	2.6g
[カレイのからあげ]	
生干カレイ50g	1個
生干カレイ60g	0個
馬鈴薯でんぷん1kg	5g
大豆白絞油	5g
[納豆和え]	
ひきわり納豆(冷)300g	8g
小松菜	20g
キャベツ	20g
にんじん	5g
みそ	1g
こいくちしょうゆ	0.5g
三温糖	0.2g
梅(塩漬)	0.7g
焼きぎみのり(岡山県産)	0.3g
[なめこ汁(厚揚げ)]	
にんじん	10g
厚揚げ	20g
玉葱	15g
なめこ水煮 1kg	10g
乾燥若布	0.3g
煮干しだし	3g
みそ	4g
大和米味噌(白)1kg	4g

2026年2月24日(火)

保幼小中連携献立

料理名/食品名	一人分量 単位
[牛乳]	
牛乳	1本
[麦ご飯 80g]	
水稻穀粒(精白米)	76g
おおむぎ(米粒麦)	4g
[元気ハンバーグ]	
国産合挽きミンチ	33g
しほり豆腐	20g
玉葱	20g
芽ひじき500g	0.4g
パン粉 1kg	3.5g
薄力粉	2g
牛乳	2.5g
食塩	0.3g
角切チーズ8mm	6.5g
小判型クックバー	1枚
[ほうれん草のごま和え]	
ほうれん草	30g
キャベツ	23g
にんじん	5g
すりごま(白)	2g
こいくちしょうゆ	2g
三温糖	0.5g
[芋煮汁(連携)]	
さといも	15g
鶏肉ムネ(1.5cm角)	10g
にんじん	5g
だいこん	8g
木綿豆腐	15g
乾燥椎茸(美都産)	0.8g
板こんにゃく	8g
ねぎ	2g
だしパック(かつお)	3g
うずくちしょうゆ	2g
こいくちしょうゆ	2g
食塩	0.2g
馬鈴薯でんぷん1kg	1g

※一人分量は、小学校3～4年生を基準に作成しています。  
 その他の学年の一人分量は、以下のように換算してください。  
 (小1～2年生：0.8倍、小5～6年生：1.1倍、中学生：1.3倍)

## 令和8年2月分 詳細献立表

美都学校給食共同調理場  
 ●卵・卵由来成分を含む

2026年2月25日(水)

料理名/食品名	一人分量 単位
[牛乳] 牛乳	1本
[チキンライス] 水稲穀粒(精白米)	70g
鶏モモ(1cmこま切)おムライス用	12g
玉葱	10g
食塩	0.05g
ハウスマトラソジョ-300g	0.02g
サラダ油 1.5kg	0.5g
カゴメトマトケチャップ テリカユース1k	4g
JF ウスターソース エクセレント1.8L	4.5g
[●オムライスの卵] ●スグルおムライス用玉子焼40g	1枚
→[卵対応食] 小:ホキフライ40g	1個
中:ホキフライ50g	1個
代替食材:サラダ油	4g
[ケチャップ] 1食ケチャップソース8g	1個
[切干大根のさっぱりサラダ] 切干大根(益田産)	3g
乾燥若布	0.3g
にんじん	5g
きゅうり	5g
キャベツ	20g
ツナ水煮フレーク	6g
Dr.和風おろし	6g
[ブラウンシチュー] ポーク&洋シミートボールSS	30g
じゃがいも	20g
にんじん	10g
玉葱	25g
ダイオマト(ハウスパック)	18g
ビーフシチュー(粉末)	11g
JF ウスターソース エクセレント1.8L	2g
マイルドテミグラスソース 1kg	5g
ハウスマトラソジョ-300g	0.02g
サラダ油 1.5kg	0.5g

2026年2月26日(木)

全国味めぐり献立 (島根県松江市)

料理名/食品名	一人分量 単位
[牛乳] 牛乳	1本
[ご飯] 水稲穀粒(精白米)	80g
[あご野焼きの磯辺揚げ] あご入野焼き 約20g×40個	40g
薄力粉	4g
あおのり	0.2g
大豆白絞油	5g
水	4g
[あすっこの豚しゃぶサラダ] 豚ロース(脂身付き)	20g
キャベツ	20g
にんじん	5g
あすっこ	30g
すりごま(白)	1.2g
がや練りごま 550g	1.5g
こいくちしょうゆ	1.5g
穀物酢	1.8g
食塩	0.1g
三温糖	0.3g
[しじみ汁] 宍道湖産冷凍しじみ	45g
白ねぎ	12g
みそ	3g
大和米味噌(白)1kg	6g
料理酒1.8L	1g
[ぼんかん(1/2個)] ぼんかん	0.5個

2026年2月27日(金)

料理名/食品名	一人分量 単位
[牛乳] 牛乳	1本
[ご飯] 水稲穀粒(精白米)	80g
[チーズタッカルビ] 玉葱	20g
にんじん	10g
さつまいも	25g
キャベツ	25g
鶏モモ(1.5cm角切)	40g
冷凍おろししょうが	0.5g
冷凍おろしにんにく	0.5g
みそ	2g
コチジャン(大豆含む)	1.3g
こいくちしょうゆ	2.4g
料理酒1.8L	1.2g
三温糖	1g
サラダ油 1.5kg	0.7g
角切チーズ8mm	6g
[こんにやくサラダ(ごま)] チキンハム(短冊)500g	6.5g
小松菜	15g
細もやし	12g
突きこんにやく	20g
三温糖	0.8g
こいくちしょうゆ	2g
穀物酢	2g
JFS 純正ごま油	0.4g
すりごま(白)	2g
[白菜スープ] 白菜	30g
えのきたけ	10g
にんじん	10g
無添加ポークウインナーライス	13g
乾燥若布	0.4g
中華スープ	0.8g
うすくちしょうゆ	1.5g
食塩	0.1g