

# 2月給食だより



長岡京市立神足小学校  
令和8年2月



立春の前日に当たる節分には、古くから、豆まきをしたり、ヒイラギイワシ(ヤイカガシ)を玄関に飾ったりして、病気や災難を起こす“鬼(邪氣)”を追い払い、1年の無事や幸福を願う風習があります。最近では、「恵方巻き」が店頭をにぎわすようになりましたが、もともと全国的な風習ではなく、江戸時代に大阪の商人が商売繁盛祈願のために行っていた風習が始まりとされています。



ことし  
えほう  
今年の恵方は…  
なんなんとう  
**「南南東」**



## 1年の幸福を願う「節分」の行事

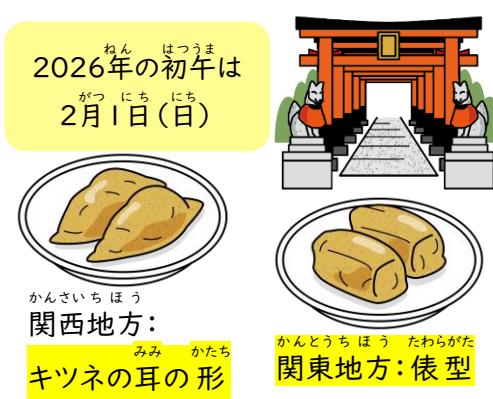
### 節分にまつわる食べ物



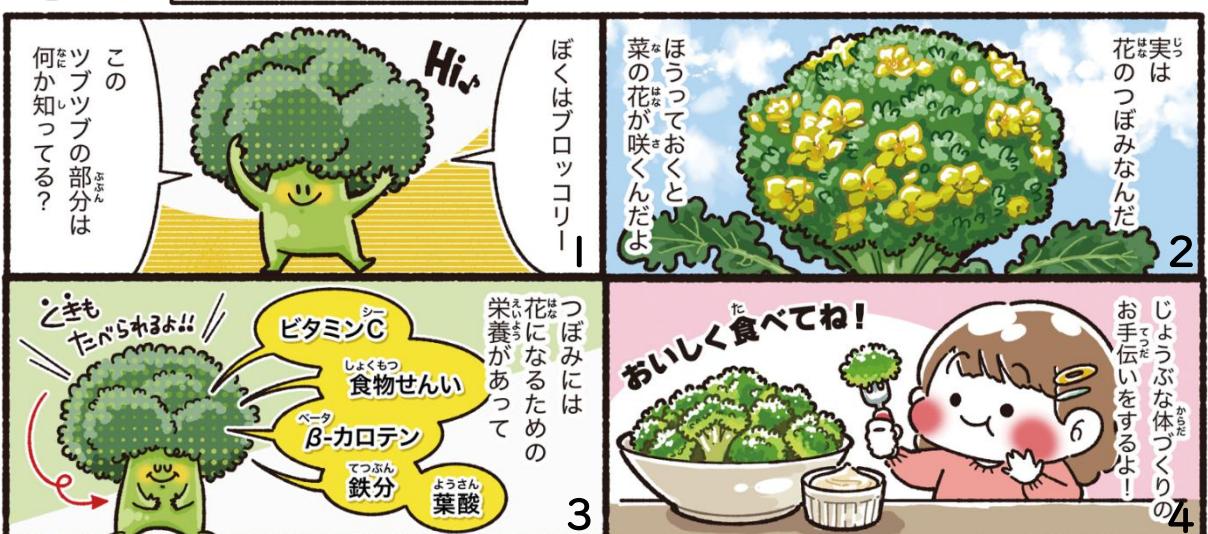
### 東西で違う? いなりずし

2月最初の午の日を「初午」といい、各地の稻荷神社でお祭りが行われます。稻荷とは、もともと「いねなり」(=稻生り・稻成り)からきた言葉で、農耕の神様のことです。初午には、神様のつかいであるキツネの好物の油揚げやいなりずしをお供えし、五穀豊穣、商売繁盛、家内安全などを祈ります。

2026年の初午は  
2月1日(日)



### ブロッコリーのヒミツ



ブロッコリーは、2026年度より、食生活に  
か欠かせない野菜として「指定野菜※」に昇格します。

2/18の給食に  
登場するよ!



## きゅうしょくしゅうかん 給食週間



図書室とコラボした本の  
展示を行いました。



給食委員会の発表  
「給食室のいちにち」



調理員さんへの  
メッセージと  
イラスト入りの給  
食カレンダーを  
全員で作り、プレ  
ゼントしました。





# 2がつ きゅうしょくこんだてよていひょう



長岡京市立神足小学校

日付	こんだてめい	エネルギー-(kcal) たんぱく質(g)	おもなざいりよう					
			エネルギーのもとになる		体をつくるもとになる		体の調子をととのえる	
2(月)	とりそぼろどん(こうやどうふ) ぎゅうにゅう こまツナいため みそしる	665 29.1	ごめ さとう すりごま	あぶら ごまあぶら じやがいも	こうやどうふ ぎゅうにゅう あぶらあげ	とりミンチ ツナ しんしゅうみそ	たまねぎ しいたけ こまつな	にんじん しようが もやし
節分献立 3(火)	バターパン ぎゅうにゅう いわしのアングレーズ ふくまめ	700 28.4	パン かたくりこ さとう	こむぎこ あぶら パンこ	ぎゅうにゅう ベーコン	いわし ふくまめ	しょうが たまねぎ	にんじん キャベツ
4(水)	だいすごはん ぎゅうにゅう きびなごのなんばんづけ はくさいのそぼろじる	573 25.5	ごめ こむぎこ あぶら	さとう かたくりこ	だいす ぎゅうにゅう とりミンチ	あぶらあげ きびなご	にんじん しいたけ はくさい	ごぼう さいやんげん しようが
5(木)	ごはん ぎゅうにゅう だいこんとぶたにくのにつけ きやべつのつるつるいため	580 19.2	ごめ さとう マロニー	あぶら ごまあぶら	ぎゅうにゅう ベーコン	ぶたにく	にんにく だいこん こんにゃく キャベツ	しようが にんじん グリンピース にら
6(金)	ごはん ぎゅうにゅう ちくわのチーズいそべあげ ひじきのソテー かすじる	727 26	ごめ あぶら さといも	こむぎこ さとう	ぎゅうにゅう あおのり	ちくわ チーズ ひじき あぶらあげ	ぶたにく しんしゅうみそ	どうもろこし だいこん
9(月)	ごはん ぎゅうにゅう とうふのごもくに きやべつのごままずあえ	575 23.5	ごめ さとう	あぶら ごま	ぎゅうにゅう とりにく	とうふ ひじき	にんじん ごぼう キャベツ	たまねぎ ねぎ もやし
10(火)	コッペパン ぎゅうにゅう タンドーリチキン はくさいスープ ココアプリン	645 29.5	パン プリンのもと	かたくりこ	ぎゅうにゅう ヨーグルト スキムミルク	とりにく ぶたにく クリーム	はくさい しいたけ	にんじん ねぎ
12(木)	ビーフカレー ぎゅうにゅう ドレッシングサラダ	682 22.6	ごめ あぶら バター さとう	むぎ じやがいも こむぎこ	ぎゅうにく こなチーズ ツナ	スキムミルク ぎゅうにゅう	にんにく たまねぎ セロリー	しようが にんじん キャベツ
13(金)	げんまいりごはん ぎゅうにゅう マーボーだいこん あおのりビーンズ	632 23.2	ごめ あぶら ごまあぶら	げんまい さとう	ぎゅうにゅう あかみそ あおのり	ぶたミンチ だいす	にんにく たまねぎ にんじん しいたけ	にんにく たまねぎ たけのこ にら
16(月)	みそかつどん ぎゅうにゅう たぬきじる みかん	681 29.2	ごめ パンこ さとう すりごま	こむぎこ あぶら ごまあぶら かたくりこ	とりにく あかみそ さつまあげ あぶらあげ	たまご ぎゅうにゅう あぶらあげ	にんにく にんじん えのきたけ みかん	キャベツ こんにゃく ねぎ みかん
17(火)	こくとうパン ぎゅうにゅう ミートグラタン レンズまめのスープ	683 27.9	パン あぶら	マカロニ	ぎゅうにゅう ぶたミンチ ウインナー	ぎゅうミニチ チーズ レンズまめ	たまねぎ パセリ	にんじん キャベツ
18(水)	ごはん ぎゅうにゅう つばすのさいきょうやき ブロッコリーのおかかあえ すまじる	611 27.3	ごめ	さとう	ぎゅうにゅう しづみそ かつおぶし	つばす しんしゅうみそ とうふ	ブロッコリー えのきたけ	ねぎ
19(木)	わかめごはん ぎゅうにゅう すきやきに もやしのカレーあじ	595 21.3	ごめ じやがいも ふ あぶら	むぎ こんにゃく さとう	わかめ ぎゅうにく	ぎゅうにゅう やきとうふ	たまねぎ ねぎ	はくさい もやし
20(金)	ごはん ぎゅうにゅう はっぽうさい(かまぼこ) だいすのいそに	597 24.1	ごめ かたくりこ	あぶら さとう	ぎゅうにゅう かまぼこ ひじき	ぶたにく だいす	にんじん たけのこ はくさい	たまねぎ しいたけ もやし
24(火)	きなこパン ぎゅうにゅう セルフサンド(ツナサラダ) ABCスープ	620 20.8	パン あぶら マヨネーズ	さとう テーブルロール マカロニ	きなこ ツナ	ぎゅうにゅう ベーコン	キャベツ にんじん パセリ	たまねぎ とうもろこし
25(水)	ごはん ぎゅうにゅう にざかな(さば) はくさいのゆかりあえ たまごとじじる	604 26	ごめ	さとう	ぎゅうにゅう さば しらすぼし	さば たまご	にんじん ほうれんそう	はくさい ねぎ
26(木)	わかめごはん ぎゅうにゅう じやがいものあんかけ ポパイサラダ	628 19.5	ごめ じやがいも さとう かたくりこ	むぎ あぶら ごまあぶら マヨネーズ	わかめ ぶたミンチ ツナ	ぎゅうにゅう ひじき	にんじん ピーマン キャベツ	たまねぎ ほうれんそう とうもろこし
セレクト 27(金)	ごはん ぎゅうにゅう かしわのこはくあげセレクト はななのごまあえ みそしる	693 26	ごめ あぶら ごま	かたくりこ さとう すりごま	ぎゅうにゅう あぶらあげ	とりにく しんしゅうみそ	にんじん はなな ねぎ	はなな だいこん

2月の主な食材の産地は以下の通りです。(資料提供(財)京都府学校給食会)

\*食材の入荷状況など都合により変更になる場合もありますのでご了承ください。

じゃがいも たまねぎ にんじん にんにく にら	北海道 北海道 鹿児島 青森 高知	えのきたけ ごぼう 愛媛他 たけのこ水煮 みかん	長野 青森他 愛媛他 京都 和歌山
大豆 鹿児島 さといも たけのこ みかん	北海道 富山他 愛媛・九州他 和歌山	北　海　道	千葉・京都 長崎 京都 岩手
いわし きびなご さば つばす	千葉・京都 長崎 京都 岩手	牛　肉	北海道・青森 鹿児島・宮崎・愛知 鶏肉 宮崎・兵庫他
地元産(長岡京市産) 花菜 キャベツ 白菜 小松菜			

2月は「省エネルギー月間」です!  
環境に優しい食生活を目指してみませんか?



かづ  
かづ  
かづかん

家にある食材を確認し、旬のもの、地域で

使い切れる分だけ買う。とれたものを選ぶ。

すぐに使うなら消費期限・賞味期限の近いものを選ぶ。

つかないうちに使う。

いつまで使えるか?

いつまで美味しい?

いつまで安全?

いつまで美味しい?

いつまで美味しい?