

令和8年

沖縄県立開邦中学校

TEL: 098-889-1715

FAX: 098-889-1709

2月 の予定献立表

※食物アレルギーのある児童・生徒は、給食を食べる前に
「詳細献立表」で内容を必ず確認しましょう。
家庭・学級においても毎日確認してください。

開邦中の学校 給食摂取基準	C=エネルギー	P=タンパク質	F=脂質
	中学校	814	34.6

こ ん だ て	2(月) 学年末考査	3(火) 学年末考査	4(水) チーズいももち 豚ジンギスカン 麦ごはん どさんこ汁	5(木) 午前中授業	6(金) 魚のカレームニエル ビーンズサラダ マッシュルーム 麦入りツナピラフ
	中学校		C 800 P 34.8 F 21.9		C 759 P 34.4 F 25.4
こ ん だ て	9(月) ソフルヨーグル 牛乳 ほうれん草のサラダ ポークカレー 麦ごはん	10(火) スライスチーズ 照り焼きチキンパティ キャベツサラダ ドラキュラスープ バーガーパン	11(水) 建国記念日	12(木) パンウースー ショーロンポー 麦ごはん 麻婆大根	13(金) 午前中授業
	中学校	C 823 P 26.5 F 23.3	C 800 P 34.8 F 33.1		C 805 P 25.9 F 26.6
こ ん だ て	16(月) 旧暦大晦日 はんぺんフライ こんにゃく炒め ソーキ汁 もちきびごはん	17(火) 旧正月 ちんすこう クーブイリチー 黒米ごはん イナムドウチ	18(水) ブロッコリーのツナあえ プレーン オムレツ あさりの ミートソース スパゲティー麺	19(木) 自宅学習	20(金) 自宅学習
	中学校	C 800 P 24.9 F 32.8	C 829 P 24.6 F 33.1	C 804 P 34.3 F 33.6	
こ ん だ て	23(月) 天皇誕生日	24(火) みかんゼリー 切り干し大根炒め キャベツ入り平つくね 麦ごはん ニラと卵のスープ	25(水) ちくわと小松菜の からし和え 鯖の塩こうじ焼き 大根めし 豚汁	26(木) さつま芋蒸しパン 豚しゃぶサラダ カレーうどん	27(金) おからサラダ 魚のカラフル焼き クリームシチュー なかよしパン
	中学校	C 789 P 27 F 22.1	C 787 P 35.1 F 32.5	C 792 P 31.6 F 24.9	C 819 P 40.3 F 35.3

※材料・天候によって献立を変更することがあります。