

令和8年 選択制・中学校給食
2月のメニュー
京都市教育委員会



2月分の予約期間のお知らせ



予約システム 1月 1日(木)~16日(金)
予約マークシート 1月 9日(金)までに学校へ提出



- 卒業まで給食の予約忘れを防げます(6割以上の方がご利用)！
※「クレジット自動払い」+卒業まで「ずっと予約」をセットで登録すると、今後申込が不要に。※初回は、ずっと予約+翌月分を1か月単位で予約
- 就学援助の認定世帯は、お支払いなく給食の予約ができます。

今月の新menu



3日 きなこ豆

油で揚げた大豆を砂糖と醤油で煮詰め、きなこをまぶして仕上げます。行事ならではのメニューを楽しみながら味わって食べてほしいです。



6日 酢鶏

鶏肉、玉ねぎ、人参、ピーマン、しいたけをケチャップ、砂糖、醤油、お酢で味付けし、片栗粉でとろみをつけて仕上げます。

19木 ビーフシチュー

- 焼きハンバーグ ・小松菜のソテー
- ビーンズフライ ・シナモンかぼちゃ



「ビーフシチュー」は京都市オリジナルのレトルトです。

ビーフシチュー

20金 鶏肉の照り焼き

- ほうれん草の煮浸し ・きつね丼の具
- こんにゃくのごまみそあえ ・りんごのコンポート



「りんごのコンポート」は柔らかくなるまで、じっくり煮含めます。

24火 サーモンカツ

- 大根菜のごまいため ・白菜の柔らか煮
- みたらしたんご ・うの花サラダ



「白菜の柔らか煮」は旬の白菜と人参、豚肉を出汁、醤油、料理酒で煮て、味をしみ込ませます。

25水 かぶと鶏肉のあんかけ

- ブロッコリーのいため物
- ひじきと高野豆腐の煮物
- じゃがいものソテー ・切干大根の三杯酢



「かぶと鶏肉のあんかけ」は中学生が考案した献立です！

26木 ビビンバ

- ちくわの磯辺揚げ ・キャベツのごま煮
- 昆布豆 ・パイナップル(缶)



「ビビンバ」はご飯にのせて食べましょう。

今年は、給食総選挙で最も総数の多かった「ビビンバ」を第1弾の卒業祝いの献立として提供します。

27金 チャウダー

- かぼちゃのたぷら ・大根菜のいため物
- カリフラワーのチーズ焼き
- 人参とセロリのマスタードあえ



「チャウダー」は京都市オリジナルのレトルトスープです。

チャウダー ツナとコーンのピラフ

選択制中学校給食レシピアイデアコンテスト

応募された1960点から、選ばれた入賞作品を発表します！

☆市長賞☆ 久世中 1年 能勢 大輝さん
「京風ガバオ」(主菜)

☆教育長賞☆ 西ノ京中 3年 國本 葵さん
「万願寺とうがらしとじゃこポテトサラダ」(副菜)

松丸奨先生の
☆どうておきの☆
給食賞
西ノ京中 2年 澤田 由奈さん
「賀茂なすと九条ねぎの和風ハンバーグあんかけ」(主菜)
安祥寺中 2年 源 生成さん
「万願寺とうがらしと切干大根の赤しそあえ」(副菜)

入賞作品は、令和8年度の献立に登場します！お楽しみに！

★佳作は裏面で紹介しています。

☆給食総選挙☆
～結果発表～

第1位に輝いたのは…

🏆 ビビンバ 🎉

🏆 2位 プリプリ中華いため
🏆 3位 カレー

上位3つの献立は3月に卒業祝いの献立として登場します！
1位のビビンバは2月と3月の2回登場します！お楽しみに☆

2月 えびマヨ

- ゆでキャベツ ・大根葉と油揚げの煮浸し
- こんにゃくの南蛮いため ・人参のごまあえ



大人気の「えびマヨ」が登場します！

3火 鯛の梅煮



節分献立

- ほうれん草のお浸し ・ひじきそぼろ丼の具
- もやしとニラの塩ごまあえ ・きなこ豆

「節分」とは、立春の前日で、冬から春への季節が移り変わる日を指します。給食では節分にちなんで、「鯛の梅煮」や新献立の「きなこ豆」が登場します。

4水 かき揚げ



和(なごみ)献立

- 小松菜のいため物 ・高野豆腐と野菜の煮物
- じゃがいものピリ辛いため ・大根の甘酢煮

鶏肉、ごぼう、人参などが入った炊き込みご飯の「とりめし」や一つ一つ形をきれいに整えて揚げた「かき揚げ」、冬においしい大根を使った「大根の甘酢煮」を組み合わせました。

5木 太刀魚のかば焼き

- 大根菜のごま油いため
- 豚肉と豆のカレーいため
- 白菜のおかか煮
- 茎わかめのいため物



「豚肉と豆のカレーいため」は中学生が考案した献立です！

京都府舞鶴産の太刀魚です。

6金 酢鶏

- ブロッコリー添え ・コールスロー
- 糸こんにゃくの甘辛いため ・なめたけ煮



「酢鶏」は新献立です。

9月 カレー

- 豆腐入りつくねの蒸し焼き
- 小松菜とコーンのソテー
- カリフラワーのバターいため
- きゅうりのナムル



「カレー」はご飯にかけて食べましょう。

10火 回鍋肉

- 春巻 ・大根菜のおかかいため
- もやしの煮浸し ・わかめとちくわのさつと煮



「わかめとちくわのさつと煮」はちくわが入ることで、うま味がアップします！

12木 チキンの照りから

- ほうれん草のソテー ・厚揚げと野菜の含め煮
- ひじきのソテー ・大根のピクルス



「厚揚げと野菜の含め煮」は、だし汁、料理酒、砂糖、醤油でじっくり煮込み、片栗粉でとろみをつけて仕上げます。

13金 カレーコロッケ



バレンタインmenu

- ブロッコリーのガーリックソテー
- 切干大根の中華味 ・もやしのソテー
- えのきと人参のさっぱりいため ・ガトーショコラ

バレンタインデーにちなんで、ハート形の「カレーコロッケ」と「ガトーショコラ」が登場します。

ガトーショコラ

16月 わかさぎの南蛮漬け

- 小松菜の煮浸し ・春雨のいため物
- 茎わかめのきんぴら ・豚肉の甘辛そぼろ



茎わかめのコリコリとした食感を楽しんで食べてください！

17火 鶏肉のさっぱり煮

- ほうれん草のいため物 ・大根と人参の煮物
- じゃがいものあっさり煮 ・みかん(缶)



冬が旬の大根と人参を使用しています。

ヨーグルト

18水 豚肉のしょうがいため

- 大根菜の煮浸し ・いためビーフン
- にんじんしりしり ・おから



ツナが入った「にんじんしりしり」です。



予約システムには日々の献立の1つ1つに私達栄養教諭のコメントも載せています！



常備菜にもおすすめ！
便利で簡単「給食レシピ」



牛乳が
(118kcal)

毎日 つきます



は麦ごはん
(火・木曜日)



は玄米ごはん



は新メニュー



はスプーンがあると
食べやすい日を示しています



ご家庭でのお弁当
作りにも献立表を
ご活用ください



※献立は、諸事情により一部変更する場合があります。 ※京都府産の野菜、魚は収穫量の関係から他府県産に変更する場合があります。



桂川中 2年 野口 琉楓さん
「鶏肉と里芋の西京みそ煮」

蜂ヶ岡中 2年 石田 沙綾さん
「聖護院大根とシャキとろジューシ煮」

四条中 2年 新田井 ひまりさん
「梅ぼしりしり」

嵯峨中 2年 齊藤 葵さん
「大豆そばろと九条ネギ和風ボロネーゼパスタ」

使用材料一覽表

* 厳格な除去等のために原材料の詳細が必要な方は、各学校へお問合せください。

* 魚介類・海藻類は、いかに及びえび・かに・その他甲殻類、またはアレルギーである甲殻類由来のたんぱく質が極めて微量ながら検出される可能性があります。

* しゃもやしらす干しなどの小魚、魚の切身、さば水煮等には、原料由来の魚卵が含まれることがあります。

* 食材の加工場や給食委託施設において、コンタミネーション（意図しない微量のアレルゲンが混入する）の可能性があります。