



令和7年度2月 給食献立予定表

台東区立谷中小学校



節分献立

郷土汁の旅
北海道

バレンタイン

日曜	献立名	牛乳	からだ しょうひん 体をつくる食品	ねつ ちから しょうひん 熱や力になる食品	ちようし とらの しょうひん 調子を整える食品	エネルギー (kcal)
			赤のなかま	黄のなかま	緑のなかま	たんぱく質 (g)
2月	♪ピザトースト	○	ベーコン, ★チーズ	★食パン, 油	にんにく, 玉ねぎ, マッシュルーム, ピーマン, トマト	605
	インディアンサラダ			じゃがいも, 油, さとう	キャベツ, きゅうり, にんじん, 玉ねぎ	24.3
	マカロニスープ		とり肉	油, じゃがいも, マカロニ	にんにく, 玉ねぎ, にんじん	
3火	いわしのかば焼き丼	○	★まいわし	米, でんぶん, 米粉, 油, さとう		655
	五目みそ汁		油あげ, わかめ, 赤みそ, 白みそ		玉ねぎ, にんじん, はくさい, えのきたけ, 長ねぎ	26.7
	きなこ豆		大豆, きな粉	さとう		
4水	♪ハヤシライス	○	ぶた肉	米, 押麦, 油, ★バター, 小麦粉	にんにく, しょうが, 玉ねぎ, にんじん, セロリー, マッシュルーム, トマト	632
	ハムサラダ		ハム	油, さとう	キャベツ, きゅうり, にんじん, ブロッコリー, 玉ねぎ	23.1
	はるみ				はるみ	
5木	ピリ辛根菜うどん	○	ぶた肉	冷凍うどん, 油, 三温糖, すりごま, ごま油	にんにく, しょうが, ごぼう, にんじん, だいこん, はくさいキムチ漬け, 長ねぎ, こまつな	597
	野菜のごま酢漬け			さとう, ごま	キャベツ, きゅうり, にんじん, しょうが	20.3
	キャラメルポテト		★加糖練乳	さつまいも, 油, さとう, ★バター, 水あめ		
6金	中華炊き込みごはん	○	ぶた肉	米, もち米, ごま油, さとう	にんじん, たけのこ, 長ねぎ, しょうが	631
	もち米しゅうまい		ぶた肉	もち米, でんぶん, 三温糖, ごま油	玉ねぎ, しょうが, エリンギ	26.8
	♪春雨スープ		とり肉, とうふ	はるさめ, ごま油	にんじん, はくさい, えのきたけ, 長ねぎ, こまつな	
9月	ご飯	○		米		610
	鶏肉の香味焼き		とり肉	さとう, ごま油	しょうが, 長ねぎ	30.2
	野菜のじゃこ和え		★ちりめんじゃこ	ごま油	キャベツ, にんじん, もやし, こまつな	
	石狩汁		★生鮭, とうふ, 赤みそ, 白みそ	じゃがいも, ★バター	玉ねぎ, だいこん, にんじん, こんにゃく, 長ねぎ	
10火	ガーリックフランス	○		★ソフトフランスパン, ★バター, オリーブ油	にんにく	625
	♪冬野菜のクリーム煮		ベーコン, とり肉, いんげんまめ, ★牛乳, ★生クリーム, ★チーズ	油, じゃがいも, ★バター, 小麦粉	玉ねぎ, にんじん, しめじ, はくさい, こまつな	24.2
	♪いちご				★いちご	
12木	ご飯	○		米		623
	白身魚の変わりソース		★ホキ	米粉, でんぶん, 油, さとう	玉ねぎ	25.5
	♪チャブチェ		ぶた肉	油, 三温糖, はるさめ, ごま油, ごま	にんにく, しょうが, にんじん, たけのこ, しいたけ, はくさいキムチ漬け, こまつな	
	♪トックスープ		とり肉	ごま油, トックもち	しょうが, だいこん, にんじん, はくさい, 長ねぎ, チンゲン菜	
13金	♪ツナトマトスパゲッティ	○	ツナ, ベーコン, ★チーズ	★スパゲティ, 油, 三温糖	にんにく, しょうが, 玉ねぎ, トマト	722
	♪スティックサラダ			油, さとう	にんじん, きゅうり, だいこん, 玉ねぎ	24.2
	♪チョコチップマフィン		★たまご, ★牛乳	小麦粉, さとう, ★バター, 油, ★チョコチップ		
16月	♪みそビビンバ	○	ぶた肉, 赤みそ	米, 麦, さとう, 油, ごま油, 三温糖, ごま	にんじん, こまつな, はくさい, もやし, にんにく, しょうが, 長ねぎ	639
	にら玉スープ		とり肉, ★たまご	油, でんぶん, ごま油	玉ねぎ, にら, 長ねぎ	24.1
	♪グレープゼリー		寒天	さとう	グレープジュース	

郷土汁の旅
青森県

縦割りの班お弁当給食

郷土汁の旅
鹿児島県

台校幼稚園
体験給食

日曜	献立名	牛乳	からだ しょうひん 体をつくる食品	ねつ ちから しょうひん 熱や力になる食品	ちようし とらの しょうひん 調子を整える食品	エネルギー (kcal)
			赤のなかま	黄のなかま	緑のなかま	たんぱく質 (g)
17火	ごはん	○		米		620
	さわらのねぎみそ焼き		★さわら, 赤みそ	さとう, ごま油	しょうが, 長ねぎ	28.7
	煮浸し		油あげ, かつおぶし	さとう	はくさい, にんじん, ほうれんそう	
	せんべい汁		とり肉	油, かやきせんべい	にんじん, だいこん, しめじ, こんにゃく, 長ねぎ	
18水	ココアパン	○		★ココアパン		644
	♪シチューポットパイ		とり肉, ★牛乳, 豆乳	油, じゃがいも, マカロニ, でんぶん, ★パイ皮	玉ねぎ, マッシュルーム	23.3
	ツナサラダ		ツナ	油, さとう	キャベツ, きゅうり, にんじん, 玉ねぎ	
	清見オレンジ				清見オレンジ	
19木	ごはん	○		米		644
	ひじきふりかけ		干ひじき	ごま	ゆかり粉	26.0
	生揚げのみそ煮		ぶた肉, 生揚げ, 赤みそ	じゃがいも, 油, さとう, 三温糖, でんぶん	しめじ, にんじん, 玉ねぎ, こんにゃく, さやいんげん	
	おかかお浸し		かつおぶし		キャベツ, もやし, にんじん, こまつな	
20金	ジョア		★乳酸菌飲料			639
	♪わかめごはん		わかめ	米, ごま		22.2
	♪鶏のカレーから揚げ		とり肉	油, さとう, 米粉, でんぶん	しょうが, にんにく	
	キャベツとコーンのソテー		ベーコン	油	にんじん, キャベツ, もやし, コーン	
24火	ケチャップポテト	○	ウインナー	油, じゃがいも	にんにく, 玉ねぎ	641
	白黒ごまご飯			米, ごま, 黒ごま		
	♪マーボー豆腐		ぶた肉, 大豆, 赤みそ, とうふ	油, ごま油, さとう, でんぶん	にんにく, しょうが, 玉ねぎ, にんじん, たけのこ, しいたけ, 長ねぎ, こまつな	
	パンバンジー		鶏ささ身, 白みそ	ごま, 三温糖, ごま油, 油	きゅうり, もやし	29.9
25水	五目ご飯	○	ぶた肉, 油あげ, 高野豆腐	米, 油, さとう	ごぼう, にんじん, エリンギ	654
	きびなごの天ぷら		きびなご, ★たまご	小麦粉, 米粉, 油		29.0
	♪さつま汁		とり肉, とうふ, 油あげ, 赤みそ, 白みそ	ごま油, さつまいも	だいこん, にんじん, 長ねぎ	
26木	焼きそば	○	ぶた肉	むし中華めん, 油	にんじん, 玉ねぎ, キャベツ, もやし	655
	♪青のりポテトビーンズ		大豆, 青のり	じゃがいも, でんぶん, 油		24.2
	♪フルーツポンチ			さとう	パインアップル缶, ★もも缶, みかん缶, レモン汁	
27金	パインパン	○		◎パインパン		584
	白身魚のムニエル		★メルルーサ	小麦粉, ★バター, 油	パセリ, レモン汁	26.2
	♪チーズサラダ		★プロセスチーズ	油, さとう	キャベツ, きゅうり, 玉ねぎ	
	♪ABCトマトスープ		ベーコン	油, じゃがいも, マカロニ, 三温糖	にんにく, セロリー, 玉ねぎ, にんじん, トマト	

★ 衛生管理上、くだもの以外の食材はサラダを含めて加熱しています。

★ 学校行事、食材納入等により献立内容を変更することがあります。

★ くだものは変更になることがあります。

★ ★マークがあるものは、学校で除去対応をする食材です。除去食対応の申し込みをされているご家庭は、お子様と一緒に確認してください。

★ ♪マークがあるものは、6年生のリクエストアンケートに出てきた料理です。

