

令和7年 2月献立予定表

(18回) 台東育英小学校

日曜	献立名	牛乳	からだ	ねつちから	あじし	エネルギー Kcal たんぱく質 g	日曜	献立名	牛乳	からだ	ねつちから	あじし	エネルギー Kcal たんぱく質 g
			体をつくるもの 赤のなかま	熱や力になるもの 黄のなかま	調子を整えるもの 緑のなかま					体をつくるもの 赤のなかま	熱や力になるもの 黄のなかま	調子を整えるもの 緑のなかま	
3月	いわしの蒲焼き丼	いわし	精白米	小麦粉 大豆油 砂糖	しょうが	659	17日	☆みそラーメン	豚肉 みそ	蒸し中華麺 油 ごま油 ごま	にんにく しょうが 長ねぎ 人参 もやし	677	
	きりぼしだいこん ふうくまめ にももの 切干大根と福豆の煮物	刻み昆布 大豆 油揚げ かまぼこ	油 三温糖	切干大根 人参					芋もち	じゃが芋 でんぶん 砂糖 油 水あめ			
	なめこ汁	豆腐 みそ		なめこ 小松菜				29.0	果物(津の輝)				津の輝
4月	カレーうどん	豚肉	でんぶん 冷凍うどん	人参 玉葱 長ねぎ 小松菜		578	18日	シナモンシュガートースト		食パン バター グラニュー糖		649	
	野菜炒め	ツナ	ごま油	人参 ピーマン きゃべつ もやし 冷凍コーン					☆コーンシチュー	鶏肉 調理用牛乳	油 じゃが芋 バター 小麦粉		人参 玉葱 クリームコーン缶 冷凍コーン
	はちみつレモン蒸しパン	調理用牛乳	小麦粉 グラニュー糖 油 はちみつ	レモン				22.5	火	かぶサラダ	ローズハム		三温糖 油 ごま油 ごま
5月	焼き肉丼	豚肉 みそ	精白米 油 砂糖	人参 玉葱 なら しょうが にんにく		620	19日	ごはん		精白米		625	
	☆海藻サラダ	海藻ミックス	ごま油 油	きゃべつ 大根 玉葱					まほうどうふ 麻婆豆腐	豚ひき肉 みそ 豆腐	油 ごま油 砂糖 でんぶん		にんにく しょうが 人参 長ねぎ
	卵スープ	卵	でんぶん	人参 長ねぎ えのきたけ				27.1	水	☆パリパリサラダ	茎わかめ		ワンタンの皮 大豆油 油 ごま油 砂糖
6月	ごはん		精白米			584	20日	いちご			いちご	27.4	
	海苔の佃煮	焼き海苔	砂糖 でんぶん						お赤飯	小豆	精白米 もち米 ごま		575
	豆腐団子の春雨煮込み	押し豆腐 鶏ひき肉	パン粉 でんぶん 大豆油 ごま油 緑豆春雨	しょうが 筍 人参 白菜 しめじ 玉葱 チンゲン菜					魚の照り焼き	ぶり	油		
五色和え		ごま 砂糖	小松菜 人参 もやし きゃべつ 冷凍コーン		22.4	木	五目きんぴら		油 じゃが芋 砂糖	しょうが			
7月	ぶどうパン		ぶどうパン			607	21日	かまぼこ入りすまし汁	豆腐 かまぼこ		れんこん 人参 ピーマン 糸こんにゃく	22.6	
	マカロニグラタン	鶏肉 調理用牛乳 調製豆乳 粉チーズ	油 マカロニ バター 小麦粉 パン粉	玉葱 マッシュルーム					中華丼	鶏肉 いか	線白米 油 でんぶん	しょうが 人参 きゃべつ もやし 筍 玉葱 干し椎茸	599
	かぶのスープ	ベーコン		玉葱 人参 かぶ					パンサンスー	ローズハム	春雨 ごま油 砂糖	人参 もやし きゅうり	
8月	果物(せとか)			せとか		25.8	金	チンゲン菜スープ			長ねぎ ちんげん菜 しめじ 冷凍コーン	24.6	
9月	ごはん		精白米			671	25日	ごはん		精白米		638	
	おからコロッケ	鶏ひき肉 おから	油 じゃがいも 小麦粉 パン粉 大豆油	玉葱					☆テミスグラスハンバーグ	豚ひき肉 鶏ひき肉 調理用牛乳	油 パン粉 砂糖		玉葱
	ベーコンと大根のバター醤油炒め	ベーコン	バター	大根 人参					ブロッコリーソテー		油		人参 キャベツ フロッコリー
みそ汁	油揚げ みそ		玉葱 白菜 小松菜		23.6	火	みそ汁	生揚げ わかめ みそ		長ねぎ	31.1		
12月	キムチチャーハン	豚肉	精白米 油	人参 白菜キムチ(魚介エキスなし) ピーマン		587	26日	パーカーパン		パーカーパン		615	
	豆腐の中華煮	鶏肉 豆腐 みそ	油 砂糖 でんぶん ごま油	しょうが 人参 筍 しめじ 玉葱					魚のフライ	ホキ	小麦粉 パン粉 大豆油		
	果物(でこぼん)			でこぼん				27.7	水	キャベツソテー			油
13月	ふりかけごはん	干ひじき	精白米 砂糖 ごま			584	27日	チキンマカロニスープ	鶏肉	油 マカロニ	セロリー 玉葱 ほうれん草	29.7	
	鶏肉のみそ焼き	鶏肉 みそ	砂糖 ごま油						ふりかけごはん	ちりめんじゃこ 塩昆布	精白米 ごま 砂糖		636
	もやし炒め		ごま油	もやし 人参 小松菜					肉豆腐	豚肉 豆腐	油 砂糖	人参 糸こんにゃく 玉葱 小松菜	
沢煮椀	豚肉 油揚げ		人参 大根 ごぼう 長ねぎ		27.2	木	かぶときゅうりの南蛮漬け		ごま油	かぶ きゅうり 人参			
14月	スパゲティミートソース	豚ひき肉 鶏ひき肉 粉チーズ	スパゲティ 油 砂糖 小麦粉	しょうが 玉葱 人参 マッシュルーム トマト缶 トマトペースト		674	28日	☆ココアゼリー	粉寒天 調理用牛乳 生クリーム	砂糖		27.6	
	コールスローサラダ		油 砂糖	きゃべつ 人参 冷凍コーン きゅうり					キャラットピラフのクリームソース	鶏肉 調理用牛乳 調製豆乳	精白米 バター 油 小麦粉	人参 玉葱 マッシュルーム ほうれん草	644
	チョコいちご		ミルクチョコレート	いちご				28.5	金	ウインナーポトフ	ウインナー	油 じゃがいも	セロリー 人参 玉葱 キャベツ
							果物(清見オレンジ)				清見オレンジ	24.5	

☆3日(月) 節分献立

☆4日(火) 東京都八丈島のフルーツレモンを使用。

☆6日(木) 海苔の日

☆14日(金) バレンタインデー

☆20日(木) 6年生を送る会

☆21日(金) 6年生校外学習

※献立は、学校行事、その他の都合で変更することがあります。

※衛生管理上、果物以外の食材はサラダを含めてすべて加熱しています。

※料理名を右にたどると、その料理に使われている材料と働きがわかります。

※種実類(ごま・カカオ・栗を除く)、いくら、そば、キウイは使用していません。



リクエスト給食



6年生のリクエストで、上位になったメニューを3学期に取り入れていきます。
☆印が上位になったメニューです。