



2月予定献立表



2月の給食目標
食事のマナーに気を付けよう

日	曜	牛乳	授業	地産地消の食材	献立名	赤の仲間 血や肉になる	黄の仲間 熱や力の元になる	緑の仲間 体の調子を整える	栄養価	ランチ ルーム		
1	月	○	通常	小松菜	チャーハン ジャンボ餃子 白菜スープ <small>リクエスト給食 2-1 2-3 3-1 ジャンボ餃子</small>	豚ひき肉 赤みそ 鶏肉 牛乳	米 上白糖 ぎょうざの皮 白絞油 ごま油	にんじん たら 小松菜 しょうが にんにく 玉葱 長ねぎ キャベツ 白菜	803 kcal 28.9 g	2-3		
2	火	○	通常		ご飯 ハ丁みそ肉じゃが わかめサラダ (胡麻醤油) みかん	鶏肉 ハ丁みそ 牛乳 カットわかめ	米 糸こんにゃく じゃがいも 三温糖 サラダ油 ごま油	にんじん さやいんげん 玉葱 ごぼう 生しいたけ キャベツ もやし みかん	789 kcal 26.5 g	2-1		
3	水	○	通常	小松菜	イワシのかばやき丼 (大豆ごはん) かぶ・玉ねぎ・にんじんの味噌汁 野菜の辛子醤油和え <small>行事食：節分 大豆ごはん イワシのかば焼き リクエスト給食 1-5 かば焼き丼</small>	大豆 いわし 油揚げ 白みそ 牛乳	米 でん粉 上白糖 三温糖 白絞油 白ごま(いり)	にんじん かぶの葉 小松菜 しょうが 玉葱 かぶ もやし	830 kcal 31.2 g			
4	木	○	通常		ガーリックトースト ミネストローネ バジドレサラダ <small>世界の料理：イタリア ミネストローネ バジドレサラダ</small>	ベーコン 鶏肉 粉チーズ 牛乳	食パン 上白糖 じゃがいも マカロニ はちみつ バター マーガリン サラダ油 オリーブ油	にんじん ホールトマト にんにく しょうが 玉葱 キャベツ きゅうり ホールコーン レモン果汁	778 kcal 27.7 g	2-2		
5	金	○	通常	小松菜	ご飯 生揚げの中華煮 春雨スープ	豚肉 生揚げ 鶏肉 油揚げ 牛乳	米 じゃがいも 上白糖 でん粉 はるさめ 白絞油	にんじん 小松菜 しょうが 干し椎茸 たけのこ 玉葱 グリーンピース	850 kcal 31.8 g	1-3		
8	月	○	通常		二色丼 (鮭・卵) モヤシの胡麻酢和え 玉ねぎ大根にんじん味噌汁	鮭 鶏卵 油揚げ 白みそ 牛乳 カットわかめ	米 上白糖 三温糖 白絞油 白ごま(すり) ごま油	にんじん 大根の葉 大根 もやし きゅうり 玉葱 大根	763 kcal 33.1 g	2-4		
9	火	○	通常		すみちゃんカレー とら豆とわかめのサラダ りんご <small>まめまめランチ とら豆とわかめのサラダ</small>	豚肉 油揚げ とら豆 牛乳 わかめ	米 押麦 薄力粉 板こんにゃく 三温糖 サラダ油 ごま油	にんじん 玉葱 ごぼう 大根 キャベツ きゅうり りんご	847 kcal 25.8 g			
10	水	○	45分 授業	小松菜	ご飯 サバのねぎみそ焼 ゴマ和え かきたま汁 抹茶ミルクゼリー	さば 白みそ 木綿豆腐 鶏卵 牛乳 粉寒天 生クリーム	米 上白糖 三温糖 でん粉 白ごま(いり) 白ごま(すり)	小松菜 にんじん しょうが 長ねぎ もやし 大根 玉葱	854 kcal 36.3 g			
11	木				建国記念日							
12	金	○	45分 授業	小松菜	わかめご飯 シヤモの甘露煮 磯和え 豚汁 <small>リクエスト給食 1-2 わかめごはん</small>	豚肉 木綿豆腐 白みそ 牛乳 炊き込みわかめ ししゃも 刻みのみり	米 でん粉 三温糖 じゃがいも 板こんにゃく 白絞油 サラダ油	小松菜 にんじん もやし 大根	772 kcal 28.4 g			
15	月	○	通常		大豆入りミートソーススパゲッティ キャベツとコーンのサラダ ブラウニー <small>まめまめランチ 大豆入りミートソース スパゲッティ</small>	豚ひき肉 大豆 鶏卵 牛乳	上白糖 薄力粉 スパゲッティ 三温糖 チョコレートソース 薄力粉 サラダ油 オリーブ油 バター	にんじん ホールトマト 玉ねぎ セロリ マッシュルーム キャベツ ホールコーン	908 kcal 29.8 g	2-5		
16	火	○	通常		ご飯 おかかふりかけ たちうおのみそ田楽 パリパリサラダ 白菜・にんじん・なめこ・油揚げのみそ汁	糸すり節 たちうお 赤みそ 油揚げ 白みそ 牛乳 青のり	米 上白糖 でん粉 ワナタンの皮 三温糖 白ごま(いり) 白絞油 ごま油	にんじん こねぎ キャベツ きゅうり 白菜 なめこ	860 kcal 29.9 g			
17	水	○	45分 授業		ミルクパン ミートグラタン コンソメスープ <small>リクエスト給食 1-3 2-2 3-1 3-3 グラタン</small>	豚ひき肉 ベーコン 牛乳 ピザチーズ	ミルクパン じゃがいも 薄力粉 上白糖 サラダ油	にんじん トマトジュース にんにく しょうが 玉葱 白菜	888 kcal 35.7 g			
18	木	○	通常		こぎつねごはん or ひじきごはん とびうお団子のつみれ汁 パリパリ油揚げサラダ 杏仁豆腐 <small>★ セレクト給食</small>	鶏肉 油揚げ トビウオミンチ 白みそ 赤みそ ひじき 牛乳 粉寒天	米 上白糖 でん粉 三温糖 サラダ油 白ごま(いり)	にんじん 小松菜 長ねぎ しょうが 玉葱 生しいたけ 白菜 キャベツ きゅうり パイン缶 みかん缶 黄桃缶	798 kcal 30.8 g	1-1		
19	金	○	45分 授業	小松菜	キムチチャーハン 卵スープ にんにくナムル みかん <small>リクエスト給食 2-3 2-5 3-4 3-5 学級 キムチチャーハン</small>	豚肉 鶏肉 油揚げ 鶏卵 牛乳	米 でん粉 三温糖 サラダ油 白ごま(いり) ごま油	にんじん 小松菜 白菜キムチ 玉葱 白菜 もやし にんにく みかん	788 kcal 31.6 g	1-3		
22	月	○	通常		ご飯 豚肉と豆腐の煮込み 野菜のゴマドレッシング	豚肉 木綿豆腐 牛乳	米 糸こんにゃく でん粉 上白糖 サラダ油 白ごま(いり)	にんじん 玉葱 たけのこ しょうが 白菜 もやし きゅうり キャベツ	756 kcal 30.5 g	1-2		
23	火	○	通常		ソースかつ丼 貝だくさん味噌汁 キャベツの酢醤油 <small>受験生応援メニュー ソースかつ丼</small>	豚肉 油揚げ 白みそ 牛乳	米 薄力粉 パン粉 三温糖 サラダ油	にんじん こねぎ 玉葱 もやし キャベツ	899 kcal 32.8 g	1-4		
24	水	○	通常	小松菜	ご飯 桜えびと小松菜のふりかけ なんかあげ 野菜のわさびドレッシング 呉汁 <small>郷土料理：静岡県 桜えびと小松菜のふりかけ なんかあげ 野菜のわさびドレッシング</small>	たらのすり身 鶏卵 大豆 油揚げ 白みそ 牛乳 桜えび ちりめんじゃこ	米 ながいも 上白糖 でん粉 ごま油 白絞油 白ごま(いり)	小松菜 にんじん しょうが ごぼう 玉葱 もやし 白菜	802 kcal 33.8 g			
25	木	○	通常		カレーライス キャロットソースサラダ りんご	鶏肉 牛乳	米 じゃがいも 薄力粉 上白糖 サラダ油	にんじん にんにく しょうが 玉葱 キャベツ きゅうり ホールコーン りんご	817 kcal 25.7 g	1-5		
26	金				定期考査(給食なし)							
29	月	○	通常		ジャーチャー麺 野菜チップス 海藻サラダ <small>リクエスト給食 3-4 学級 ジャーチャー麺</small>	豚ひき肉 大豆 赤みそ 牛乳 海藻ミックス	蒸し中華めん 上白糖 でん粉 じゃがいも さつまいも ごま油 サラダ油 白ごま(いり)	にんじん たら かぼちゃ しょうが にんにく 干しいたけ 長ねぎ 玉葱 もやし たけのこ キャベツ	825 kcal 29.7 g			

*食材料の都合により、献立を変更する場合があります。ご了承ください。

*収穫の状況により、「地産地消の食材」が変更になる場合があります。ご了承ください。

*★の日は、混ぜご飯のセレクトです。(こぎつねごはん or ひじきごはん)

*太字二重下線の料理は、リクエスト給食です。

・24日(水)：3年生は給食がありません。

