

令和5年度2月分小学校給食予定表
【通常給食献立】



国立市食育推進・給食ステーション
042-572-4177

日付	献立名	主な材料			エネルギー たんぱく質
		赤のグループ からだの血や肉になるもの	黄のグループ からだの熱や力になるもの	緑のグループ 体の調子をととのえるもの	
1(木)	ほたてとだいごんのうまにどん (ごはん、ほたてとだいごんのうまに) やさいごもつくね みかん&みかんゼリー ぎゅうにゅう 無償提供のほたてを使った献立	ホタテ、ごもとりつくね、 ぎゅうにゅう	せいはくまい、なたねあ ぶら、ごまあぶら、さとう、 でんぶん	だいごん、はくさい、にん じん、チンゲンサイ、みか かん、みかんゼリー	649kcal 29.7g
2(金)	ごはん おにかまぼこいりすましじる いわしのうめおかかやき ごぼうサラダ・ノンオイルクリームごまドレッシング みそだいず ぎゅうにゅう せつぶん	とりにく、あぶらあげ、とう ふ、かまぼこ、いわし、か つおぶし、みそだいず、 ぎゅうにゅう	せいはくまい、なたねあ ぶら	だいごん、エリンギ、なが ねぎ、ほうれんそう、 ばいにく、ごぼう、にんじ ん、キャベツ、きゅうり	613kcal 28.9g
5(月)	ごはん ワンタンスープ イカのてりやき ★カラフルこんにやくサラダ・ノンオイルかんきつドレッシング★ ぎゅうにゅう	ぶたにく、なるといか、 ぎゅうにゅう	せいはくまい、なたねあ ぶら、ワンタン、ごまあぶ ら	しょうが、にんじん、はく さい、エリンギ、もやし、ほ うれんそう、ながねぎ、 こんにやく、キャベツ、きゅ うり	575kcal 26.6g
6(火)	ソフトフランスパン かぼちゃのポタージュ チキンのバーニャカウダーがけ フジッリジェノペーゼ ぎゅうにゅう エコール辻東京 コラボ給食①	とりにく、ぎゅうにゅう、ア ンチョビ、なまクリーム、 チーズ	パン、バター、なたねあぶ ら、こむぎこ、オリーブオ イル、でんぶん、ごま、じゃ がいも、マカロニ	セロリ、たまねぎ、にんじ ん、しめじ、かぼちゃ、にん にく、こまつな、ブロッコ リー	724kcal 31.0g
7(水)	ごはん にこみみそラーメン チンジャオロースー りんごのコンポート ぎゅうにゅう	ぶたにく、みそ、ぎゅうに くにゅう	せいはくまい、なたねあ ぶら、ラード、さとう、ちゅう かめん	にんにく、しょうが、たまね ぎ、にんじん、キャベツ、な がねぎ、チンゲンサイ、た けのこ、ピーマン、あか びーマン、りんご	605kcal 22.0g
8(木)	まるパン ABCマカロニスープ ハンバーグマトソースがけ にんじん&れんこんラベサラダ ★みかんシャーベット★ ぎゅうにゅう エコール辻東京 コラボ給食②	ウィナー、ハンバーグ、 ぎゅうにゅう	パン、じゃがいも、マカロ ニ、なたねあぶら、さとう、 でんぶん、オリーブオイ ル	セロリ、たまねぎ、にんじ ん、ホールコーン、えだま め、マッシュルーム、トマ ト、キャベツ、れんこん、に んにく、レモン、みかん シャーベット	613kcal 23.3g
9(金)	きつねごはん あおさのしらたまだんごスープ わかさぎフライ 1~4ねん2こ 5~6ねん3こ もやし、かいそうサラダ・こうみじおドレッシング ぎゅうにゅう 初午(はつうま)献立	あぶらあげ、ぶたにく、あ おさのり、わかさぎフライ、 かいそうミックス、ぎゅ うにゅう	せいはくまい、なたねあ ぶら、さとう、ごまあぶら、 しらたまだんご、ドレッシ ング	にんじん、しょうが、えの ぎだけ、はくさい、なが ねぎ、もやし、こだいずも やし、きゅうり	647kcal 21.6g
13(火)	ごはん ベーコンととうみょうのみそしる ぶりのたつたあげ はるさめキャベツサラダ・たまねぎドレッシング ぎゅうにゅう	ショルダーベーコン、な まあげ、わかめ、みそ、ぶ り、ぎゅうにゅう	せいはくまい、なたねあ ぶら、でんぶん、はるさめ、 ドレッシング	たまねぎ、にんじん、なが ねぎ、とうみょう、しょうが、 キャベツ	716kcal 29.2g
14(水)	コーンライス こんさいポトフ ハートがたハンバーグ プチヴェールサラダ・ノンオイルクリームフレンドレッシング ガトーショコラ ぎゅうにゅう バレンタイン♥献立	ウィナー、ショルダー ベーコン、とりにく、かま ぼこ、ハンバーグ、ぎゅ うにゅう	せいはくまい、なたねあ ぶら、オリーブオイル、さ ともいも、ガトーショコラ	ホールコーン、セロリ、た まねぎ、にんじん、だいご ん、ごぼう、キャベツ、プ チヴェール、きゅうり	717kcal 26.2g
15(木)	★ピビンパどん(ごはん、ピビンパ)★ わかめスープ シュウマイ 1~2ねん1こ 3~6ねん2こ ぎゅうにゅう	ぎゅうにくに、みそ、とりに くに、わかめ、とうふ、ガ ンスー、ぎゅうにゅう	せいはくまい、なたねあ ぶら、さとう、ごま	にんにく、しょうが、なが ねぎ、はくさい、キムチ、た まねぎ、にら、こまつな、こ だいずもやし、にんじん、 エリンギ、ホールコーン、 チンゲンサイ、シュウマイ	695kcal 30.1g
16(金)	チキンカレーライス(ごはん、チキンカレー) ほしがたポテト 1~4ねん2こ 5~6ねん3こ だいごんサラダ・ノンオイルあおじドレッシング ★ひゅうがなつゼリー★ ぎゅうにゅう	とりにく、わかめ、ぎゅ うにゅう	せいはくまい、なたねあ ぶら、じゃがいも、はちみ つ、こむぎこ、ハッシュド ポテト、ひゅうがなつゼ リー	にんにく、セロリ、たまね ぎ、にんじん、トマトケ チャップ、だいごん、きゅ うり、あかパプリカ	644kcal 18.6g

令和5年度2月分小学校給食予定表
【通常給食献立】



国立市食育推進・給食ステーション
042-572-4177

日付	献立名	主な材料			エネルギーたんぱく質
		赤のグループ からだの血や肉になるもの	黄のグループ からだの熱や力になるもの	緑のグループ 体の調子をととのえるもの	
19(月)	かんぴょうごはん すいとんじる モロ(さめ)のねぎみそかけ だいこんとわかめのごますあえ ぎゅうにゅう  栃木県郷土料理 	ぶたにく、あぶらあげ、さめ、みそ、わかめ、ぎゅうにゅう	せいはくまい、なたねあぶら、さとう、すいとんだんご、でんぶん、ごま	かんぴょう、にんじん、はくさい、えのきだけ、こまつな、しょうが、ながねぎ、だいこん、きゅうり	631kcal 27.9g
20(火)	ぶどうパン チキンとこまつなのとうにゅうごましチュー ジャーマンポテト はくさいとみずなとりんごのサラダ・コールスロート・レッシング いちごゼリー ぎゅうにゅう 	とりにく、とうにゅう、ウインナー、ぎゅうにゅう	パン、なたねあぶら、こむぎこ、ごま、じゃがいも、オリーブオイル、ドレッシング、いちごゼリー	セロリ、たまねぎ、にんじん、しめじ、こまつな、にんにく、パセリ、はくさい、みずな、きゅうり、りんご	679kcal 23.2g
21(水)	ごはん ブデチゲふうスープ はるまき こまつなともやしのおかかじょうゆあえ ぎゅうにゅう 	ウインナー、とうふ、かつおぶし、ぎゅうにゅう	せいはくまい、なたねあぶら、トック、さとう、ごまあぶら	にんにく、しょうが、たまねぎ、にんじん、はくさい、キムチ、はくさい、にら、はるまき、こまつな、もやし	644kcal 19.4g
22(木)	ごはん とんじる マーボーはくさい ひじきサラダ・イリアンドレッシング ぎゅうにゅう	ぶたにく、あぶらあげ、とうふ、みそ、とりにく、ひじき、ぎゅうにゅう	せいはくまい、なたねあぶら、ごまあぶら、さといも、さとう、でんぶん、ドレッシング	たまねぎ、にんじん、ごぼう、だいこん、こんにゃく、こまつな、しょうが、にんにく、ながねぎ、はくさい、キャベツ、きゅうり	602kcal 25.5g
26(月)	ごはん きせつのやさいのみそしる さけのピリからごまやき きりこんぶのもの ぎゅうにゅう	なまあげ、あぶらあげ、みそ、さけ、ぶたにく、だいず、こんぶ、ぎゅうにゅう 	せいはくまい、なたねあぶら、ごまあぶら、ごま、さとう	はくさい、だいこん、ながねぎ、なのはな、にんにく、にんじん	674kcal 33.2g
27(火)	★ココアあげパン★ キャベツとチキンボールのクリームシチュー カレーチーズポテト ほうれんそうときりぼしだいこんのツナマヨあえ ぎゅうにゅう 	チキンミートボール、ぎゅうにゅう、なまクリーム、ウインナー、チーズ、ツナ	パン、なたねあぶら、さとう、バター、こめこ、じゃがいも、オリーブオイル、マヨネーズ	たまねぎ、しめじ、にんじん、キャベツ、こまつな、パセリ、きりぼしだいこん、ほうれんそう、はくさい	704kcal 26.4g
28(水)	じゅうろつこくごはん ぎゅうにこみうどんじる チキンカツソースがけ もやしとえのきのおひたし ぎゅうにゅう 	ぎゅうにく、あぶらあげ、なると、とりにく、ぎゅうにゅう	せいはくまい、じゅうろつこく、なたねあぶら、うどん、こむぎこ、パンこ	だいこん、はくさい、にんじん、えのきだけ、ながねぎ、もやし、キャベツ、こまつな	673kcal 28.3g
29(木)	クロワッサン アホスープ(にんにくスープ) チキンのパスタふうソースがけ ほうれんそうとブロッコリーのアーリオオーリオ(にんにくマヨネーズあえ) ★コーヒーミルク(ピン)★  	けいらん、とりにく、アンチオビ、コーヒーミルク <div style="border: 1px dashed green; padding: 2px; display: inline-block;">エコール辻東京 コラボ給食③</div>	パン、オリーブオイル、じゃがいも、ふ、マヨネーズ	にんにく、たまねぎ、にんじん、エリンギ、はくさい、あかパプリカ、きパプリカ、トマト、ほうれんそう、ブロッコリー、キャベツ	638kcal 25.1g

魚には、骨があります。



月平均栄養価 エネルギー 655kcal たんぱく質 26.1g

くにたち野菜
使ってます



2月6日(火) 8日(木) 29日(木)



国立市の調理学校『エコール辻東京』とのコラボ給食を3回行います。野菜をおいしく食べることをテーマに、学生が考案しました。

2月9日(金)

2月9日は、2月の最初の午(うま)の日で、『初午』(はつうま)と言います。全国の稲荷神社でその年の豊作を祈るお祭りがあり、油揚げや稲荷寿司がお供えされます。



卒業までにもう一度食べたい給食
★6年生リクエストアンケート★

- 5日(月) カラフルこんにゃくサラダ
・ノンオイル柑橘ドレッシング 七小
- 8日(木) みかんシャーベット 六小
- 15日(木) ビビンバ 八小
- 16日(金) 日向夏ゼリー 八小
- 27日(火) ココア揚げパン 二小
- 29日(木) コーヒーミルク 五小