

# 2月予定献立表

今月の目標：楽しい会食をしよう



令和7年度

実施日	献立名	牛乳	主な材料とその働き	栄養量(4年生量)
日	曜			
2月 1日	主食 おかず	○	血・肉・骨になるもの (あかのたべもの)	629 21.8 20.7 2.0
2月 2日	洋風おでん もやしとコーンのごまあえ あべかわいも	○	カツオの カスミ貝 あげパール	634 25.3 20.6 1.9
3月 3日	いわしごはん	○	野菜 いわしあず	652 23.6 15.8 1.9
4月 4日	米粉キンレーライ キャベツとわかめのサラダ フルーツポンチ	○	玉ねぎの カーボルト	641 32.1 19.6 1.9
5月 5日	さつま芋ごはん さわらの照焼き 小松菜とコンのソテー みそけんちん汁 いよかん	○	玉ねぎ トマト にんじん	642 30.5 21.1 1.9
6月 6日	ごはん しらすとねぎの卵焼き 筑前煮 いりこ いちご	○	玉ねぎ ねぎ おから	625 28.0 20.7 1.9
7月 9日	ごはん 鶏と野菜の揚げ煮 石狩鍋風味噌汁 グレープゼリー	○	玉ねぎ ねぎ ます	632 27.1 20.7 1.9
8月 10日	ごまご飯 江戸前ボラのレモンソース キムチ鍋風味噌汁 ほうれんそうのおかか和え りんご	○	玉ねぎ ねぎ ねぎ	647 22.9 20.4 1.9
9月 12日	ごはん レバーとじゃがいもの揚げ煮 コーンサラダ 八宝みそ汁 オレンジ	○	玉ねぎ ねぎ ねぎ	683 24.6 20.7 1.8
10月 13日	タコライス 米粉マカロニスープ チョコチップケーキ	○	玉ねぎ ねぎ ねぎ	671 26.4 21.1 1.9
11月 16日	玄米入りごはん 豚カツ キャベツのサラダ きりたんぽ汁 りんご	○	玉ねぎ ねぎ ねぎ	630 25.7 20.3 1.9
12月 17日	ねぎ塩豚丼 (玄米ご飯)	○	玉ねぎ ねぎ ねぎ	636 30.8 19.0 1.9
13月 18日	玄米入りごはん タラの西京焼き かぶのサラダ 生揚げのそぼろ煮 いよかん	○	玉ねぎ ねぎ ねぎ	674 30.6 19.0 1.9
14月 19日	チャケチャケ 鶏のから揚げ 磯ボテ 『こぐまのクータ物語』より ABCスープ いちご	○	玉ねぎ ねぎ ねぎ	644 28.7 20.7 1.8
15月 20日	玄米入りごはん ほっけの人参マヨ焼き (ノンフックマヨ) 納豆和え 玉葱とじがく手の味噌汁 バナナ	○	玉ねぎ ねぎ ねぎ	631 26.5 20.3 1.9
16月 24日	ごはん わかさぎの唐揚げ 五目煮豆 白菜と生揚げのみそ汁 オレンジ	○	玉ねぎ ねぎ ねぎ	638 29.9 20.8 1.9
17月 25日	ビビンバ チャーシューとねぎの卵焼き 野菜たっぷりスープ バナナ	○	玉ねぎ ねぎ ねぎ	643 27.7 20.7 1.9
18月 26日	ごはん しじん豆腐 揚げぎょうざ はっさく	○	玉ねぎ ねぎ ねぎ	627 31.6 22.5 2.0
19月 27日	チーズロール (全学年) · 黒コッパン (6年) · パンイップルロール (6年)	○	玉ねぎ ねぎ ねぎ	☆ 材料の都合により 献立を 変更することがあります。

☆ 今月は6年生が家庭科の授業で立てた献立を実際の給食で出しています。

2月5日 (木)  
6-1 献立作成メニュー

- ・さつまいもごはん
- ・さわらの照焼き
- ・小松菜とコーンのソテー

2月12日 (木)  
6-2 献立作成メニュー

- ・ごはん
- ・レバーとじゃがいもの揚げ煮
- ・コーンサラダ

2月20日 (金)  
6-3 献立作成メニュー

- ・玄米入りごはん
- ・ほっけの人参マヨ焼き (ノンフックマヨ)
- ・納豆和え
- ・玉葱とじがく手の味噌汁
- ・バナナ

