

今月は、行事メニュー、リクエストメニュー、外国メニューが登場します。



令和6年度2月の給食献立表

★今月の給食目標★～盛りつけ方を工夫しよう、食後の後片付けをしっかりとしよう～



狛江市立狛江第一小学校

日	曜	献立名	しょうざいりょう			栄養価(中学年)	
			あかのしょくひん おもにからだをつくるものになる	きいろのしょくひん おもにエネルギーのものになる	みどりのしょくひん おもにからだのちよつしをとどめるものになる	エネルギー k cal	タンパク質 g
3	月	【節分】 いわしのかばやきどん ぎゅうにゅう あおのりだいす いわしのつみれじる	牛乳 イワシ 大豆 青のり タラ 赤みそ 白みそ	精白米 片栗粉 なたね油 上白糖 白いりごま	生姜 ごぼう 人参 大根 長ねぎ	645	29.6
4	火	【リクエスト給食】 あげパン コーヒーぎゅうにゅう チキンときのこのクリームシチュー リヨネーズポテト	コーヒー牛乳 鶏肉 調理用牛乳 ベーコン	パン なたね油 グラニュー糖 バター 薄力粉 じゃがいも	にんにく セロリ 玉ねぎ 人参 しめじ マッシュルーム エリンギ 白菜	555	19.0
5	水	【リクエスト給食】 ごはん ぎゅうにゅう わふうハンバーグ やさいのレモンしょうゆあえ みそじる	牛乳 豚肉 卵 絹ごし豆腐 赤みそ 白みそ	精白米 なたね油 パン粉 上白糖 片栗粉	玉ねぎ 小松菜 キャベツ 人参 コーン レモン汁 大根 えのきたけ 長ねぎ	602	25.9
6	木	【リクエスト給食】 しょうゆラーメン ぎゅうにゅう やさいチップス かんきつるい	牛乳 豚肉 わかめ	蒸し中華麺 なたね油 ごま油 じゃがいも さつまいも 片栗粉	にんにく 生姜 玉ねぎ 人参 茹でだけのご 緑豆もやし コーン 長ねぎ れんこん かぼちゃ ごぼう かんきつ	582	23.5
7	金	【愛知県郷土料理】 ごはん ぎゅうにゅう みそカツ にみそ ようかじる	牛乳 豚肉 卵 八丁みそ 油揚げ 赤みそ 鶏肉 あずき 白みそ	精白米 薄力粉 パン粉 なたね油 ごま油 上白糖 白すりごま さといも	にんにく 大根 人参 ごぼう 長ねぎ 三つ葉 こんにゃく	688	31.5
10	月	【リクエスト給食】 カレーライスからあげそえ ショア かいそうサラダ フルーツボンチゼリー	ショア 鶏肉 わかめ 寒天 ゼラチン	精白米 なたね油 バター 薄力粉 上白糖 片栗粉 ごま油	にんにく 生姜 玉ねぎ 人参 りんご グリンピース(冷凍) レモン汁 キャベツ 緑豆もやし ぶどうジュース みかん缶 パイン缶 もも缶 りんご缶	602	21.4
12	水	【ジョージア(グルジア)料理】 ごはん ぎゅうにゅう シュクメルリ ひよこまめのいろどりサラダ	牛乳 鶏肉 調理用牛乳 生クリーム ピザチーズ ひよこ豆	精白米 なたね油 じゃがいも さつまいも 薄力粉 バター 上白糖	にんにく 玉ねぎ パセリ レモン汁 白菜 人参 緑豆もやし コーン	646	24.7
13	木	【福井県郷土料理】 あぶらあげごはん ぎゅうにゅう さばのまるやき ごぼうのごみそあえ ぼっかけじる	牛乳 生揚げ 鯖 白みそ 油揚げ かまぼこ	精白米 上白糖 なたね油 三温糖 白いりごま	人参 干し椎茸 こねぎ 生姜 ごぼう 長ねぎ こんにゃく	611	28.0
14	金	【リクエスト給食・パレンタインデーメニュー】 スパゲティミートソース ぎゅうにゅう わかめサラダ とうふのブラウニー	牛乳 ベーコン 豚肉 粉チーズ わかめ 木綿豆腐 豆乳	スパゲティ なたね油 上白糖 上新粉 粉糖	にんにく セロリ 玉ねぎ 人参 ホールトマト 小松菜 大根	695	26.5
18	火	【3-2こまめデー・えだまめチーム】 えだまめごはん ショア えだまめいりつくね えだまめのわふうポタージュ かんきつるい	ショア 鶏肉 押し豆腐 卵 白みそ ベーコン 調理用牛乳 生クリーム	精白米 ごま油 パン粉 上白糖 なたね油 バター	むき枝豆(冷凍) コーン 長ねぎ 人参 生姜 玉ねぎ かんきつ るい	612	33.8
19	水	【3-2こまめデー・こまどんチーム】 ようふうこまどん ぎゅうにゅう えだまめのしおつけ ピーフンとやさいのコンソメスープ	牛乳 ベーコン 鶏肉	精白米 オリーブ油 上白糖 じゃがいも さつまいも なたね油 ピーフン	玉ねぎ 人参 大根 キャベツ 白菜 かぼちゃ むき枝豆(冷凍) 緑豆もやし 小松菜	610	30.5
20	木	【3-2こまめデー・コラボ】 えだまめこまめん コーヒーぎゅうにゅう たまごちゅうかスープ えだまめドーナツ	コーヒー牛乳 豚肉 鶏肉 卵 わかめ 調理用牛乳	蒸し中華麺 ごま油 上白糖 片栗粉 薄力粉 バター なたね油 粉糖	にんにく 生姜 人参 玉ねぎ 緑豆もやし 白菜 長ねぎ むき枝豆(冷凍) チンゲン菜	602	25.2
21	金	【ブラジル料理】 ガリニャーダ ぎゅうにゅう バステウ サウピカンサラダ	牛乳 鶏肉 豚肉 サラダチーズ	精白米 なたね油 オリーブ油 じゃがいも 片栗粉 餃子の皮 薄力粉 ごま油 上白糖	にんにく レモン汁 人参 コーン ホールトマト さやいんげん 葉ねぎ 玉ねぎ キャベツ	593	22.4
25	火	きなこバタートースト ぎゅうにゅう はくさいのクリームに だいこんサラダ	牛乳 きな粉 ベーコン 豚肉 生クリーム	パン バター 上白糖 なたね油 じゃがいも 薄力粉	玉ねぎ 人参 マッシュルーム 白菜 パセリ 大根 きゅうり	638	25.9
26	水	【沖縄県郷土料理】 タコライス ぎゅうにゅう ぶたにくとチンゲンサイのジンジャースープ	牛乳 豚肉 大豆 インゲン豆 ピザチーズ ベーコン	精白米 なたね油 三温糖	にんにく 玉ねぎ 人参 ピーマン ホールトマト キャベツ チンゲン菜 生姜	621	27.8
27	木	ちからうどん ぎゅうにゅう きりぼしだいこんのカミカミいそあえ かんきつるい	牛乳 油揚げ 豚肉 かまぼこ のり	もち 上白糖 うどん ごま油	人参 干し椎茸 長ねぎ 小松菜 切干大根 緑豆もやし かんきつ るい	609	28.0
28	金	【タイ料理】 カオパット(チャーハン) ぎゅうにゅう ガイヤーン(やきとり) クイッティオナム(スープ)	牛乳 鶏肉 豚肉	精白米 なたね油 上白糖 白すりごま フォー	にんにく 玉ねぎ 人参 長ねぎ 生姜 大根 緑豆もやし	561	32.8

(材料・行事・その他の都合で献立を変更することがあります。)