

今月は、行事メニュー、外国メニューなどが登場します。



令和7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	きいろのしょくひん	みどりのしょくひん	エネルギー	タンパク質
			おもにからだをつくるものになる	おもにエネルギーのもとになる	おもにからだのちょうしをととのえるものになる	k cal	g
2	月	【4-1世界の食事チームメニューフランス・ドイツ】 くろざとうしょくパン ギョウにゅう さけのムニエル フレンチサラダ カルトフェル・スープ	牛乳 鮭 ベーコン 調理用牛乳 生クリーム	パン 薄力粉 オリーブ油 バター なたね油 上白糖 じゃがいも	レモン汁 キャベツ 人参 きゅうり コーン 玉ねぎ セロリ	621	26.0
3	火	【節分】 炭治郎のごはん ギョウにゅう いわしのかばやき 伊黒小苗内のとろろこんぶあえ 煉獄さんのさつまいものみそしる	牛乳 刻み昆布 わかめご飯の素 鰯 削り昆布 鶏肉 油揚げ 木綿豆腐 赤みそ 白みそ	精白米 片栗粉 なたね油 上白糖 ごま油 さつまいも	枝豆(冷凍) 生姜 人参 きゅうり キャベツ 梅干し 大根 長ねぎ こんにゃく	608	23.9
4	水	【4-1世界の食事チームメニューブラジル・オーストラリア】 ごはん ギョウにゅう フランゴ・コン・キアーボ ミートパイ	牛乳 鶏肉 豚肉 粉チーズ	精白米 なたね油 パン粉 パイシート	にんにく オクラ 玉ねぎ マッシュルーム ピーマン	659	31.0
5	木	ちからうどん ギョウにゅう だいすいりごぼうチップス	牛乳 油揚げ 豚肉 かまぼこ 大豆	もち 上白糖 うどん 片栗粉 なたね油	人参 干し椎茸 長ねぎ 小松菜 ごぼう	670	29.0
6	金	【埼玉県郷土料理】 ごはん ギョウにゅう ゼリーフライ 埼玉産こまつなのじゃこあえ いものじる	牛乳 おから 鶏卵 しらす干し 絹ごし豆腐 赤みそ 白みそ	精白米 じゃがいも なたね油 薄力粉 ごま油	長ねぎ 玉ねぎ 人参 小松菜 白菜	589	17.9
9	月	ごはん ギョウにゅう ひじきとツナのとうふハンバーグ みそきんぴら のっぺいじる	牛乳 押し豆腐 ツナ ひじき 鶏肉 白みそ 油揚げ	精白米 片栗粉 なたね油 上白糖 里芋	コーン えのきたけ しめじ ごぼう 人参 ピーマン 大根 干し椎茸 こんにゃく	597	26.6
10	火	【4-1世界の食事チームメニューオランダ・イタリア】 はいがしよくパン ジョア オランダコロッケ・クロケット カプレーゼふうサラダ マスタードスープ	ジョア 鶏肉 鶏卵 木綿豆腐 サラダチーズ 調理用牛乳	パン じゃがいも 薄力粉 バター パン粉 なたね油 上白糖	玉ねぎ 人参 きゅうり 赤ピーマン コーン レモン汁 ホールトマト 長ねぎ	680	25.3
12	木	きんぴらごはん ギョウにゅう チキンチキンれんこん とんじる	牛乳 豚肉 鶏肉 木綿豆腐 油揚げ 赤みそ 白みそ	精白米 ごま油 上白糖 片栗粉 なたね油 じゃがいも	ごぼう 人参 さやいんげん れんこん 大根 長ねぎ こんにゃく	613	28.7
13	金	【バレンタインデーメニュー】 ぎょかいりのトマトスープパスタ ギョウにゅう ハートサラダ とうにゅうブラウニー	牛乳 あさり(冷凍) えび いか わかめ かまぼこ 豆乳	スパゲティ なたね油 オリーブ油 ごま油 上白糖 薄力粉 黒砂糖 はちみつ 粉糖	にんにく 玉ねぎ しめじ ズッキーニ ホールトマト 人参 緑豆もやし キャベツ こんにゃく	689	29.1
17	火	くろざとうしょくパン ギョウにゅう さかなのグラタン ポテいりフレンチサラダ ミネストローネ	牛乳 メルルーサ 調理用牛乳 ピザチーズ ベーコン	パン じゃがいも なたね油 バター 薄力粉 上白糖 マカロニ	ほうれん草 人参 キャベツ きゅうり コーン にんにく 玉ねぎ ホールトマト さやいんげん	592	27.1
18	水	ルーローハン ギョウにゅう チャオチンツァイ ルオポータン	牛乳 豚肉 うずら卵(水煮) 鶏肉	精白米 押し麦 ごま油 上白糖	チンゲン菜 にんにく 生姜 大根 茹でたけのこ 白菜 小松菜 人参 エリンギ レタス	614	30.7
19	木	【長崎県郷土料理】 ながさきちゃんぽん ギョウにゅう うらかみそぼろ カステラ	牛乳 豚肉 いか えび かまぼこ さつまいも 鶏卵 調理用牛乳	ちゃんぽん麺 なたね油 上白糖 薄力粉 強力粉 はちみつ	にんにく 生姜 玉ねぎ 人参 キャベツ 緑豆もやし 干し椎茸 葉ねぎ ごぼう こんにゃく	606	29.3
20	金	【長野県郷土料理】 キムタクごはん ギョウにゅう さんぞくやき ごぼとん おおびら	牛乳 豚肉 鶏肉 木綿豆腐 ちくわ	精白米 ごま油 上白糖 片栗粉 米粉 なたね油	長ねぎ 大根たくあん干し 白菜キムチ にんにく 生姜 人参 玉ねぎ りんご ごぼう えのきたけ ほうれん草	627	33.2
24	火	【ハワイ料理】 マサラダふうあげパン ギョウにゅう フリフリチキン チャンクポテトサラダ ロングライススープ	牛乳 鶏肉 ベーコン 無糖ヨーグルト 白みそ	パン なたね油 グラニュー糖 はちみつ じゃがいも マヨネーズ オリーブ油 緑豆春雨	パインジュース 生姜 にんにく 人参 玉ねぎ パセリ キャベツ 干し椎茸 長ねぎ	596	27.7
25	水	3年2組たべものチームこまどん ギョウにゅう さつまじる かんきつるい	牛乳 鶏肉 油揚げ 木綿豆腐 赤みそ 白みそ	精白米 押し麦 なたね油 上白糖 白いりごま ごま油 片栗粉 さつまいも	にんにく 人参 玉ねぎ 大根 かぶ 緑豆もやし 小松菜 レモン汁 ごぼう 長ねぎ こんにゃく 柑橘類	602	29.7
26	木	マーボーやしきそば ギョウにゅう じゃこポテト かんきつるい	牛乳 豚肉 押し豆腐 ちりめんじゃこ	蒸し中華麺 ごま油 上白糖 片栗粉 じゃがいも マヨネーズ	にんにく 生姜 長ねぎ 人参 茹でたけのこ 干し椎茸 なら 柑橘類	598	28.9
27	金	【韓国料理】 ごはん ギョウにゅう トッカルビ チャプチェ かんこくふうわかめスープ	牛乳 鶏肉 豚肉 わかめ	精白米 上白糖 ごま油 白いりごま 片栗粉 なたね油 緑豆春雨 三温糖	長ねぎ にんにく なら 生姜 玉ねぎ 人参 ピーマン	655	35.7

(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。)