

# 2月の予定献立表(小学校)

令和7(2025)年度

日曜	のみもの	給食回数	18回	きゅうしょくもくひょう 給食目標	栄養のバランスを考えて食べよう			こんだてメモ
		こんだて		ざいりょうのはたらき				
		ちからやねつになるもと(き)	ちやにくになるもと(あか)	からだのちようしをととのえるもと(みどり)				
2月	さちうにゅう	だいすごはん いわしのピリカラソース もやしとさみのあえもの じやがいもとはくさいのみそしる		こめ あぶら でんぶん さとう ごまあぶら じやがいも	だいす あぶらあげ ぎゅうにゅう いわし とりにく みそ	にんじん しょうが ねぎ もやし こまつな はくさい えのきたけ にら	*1「チキンチキンごぼう」は、山口県で家庭に給食のレシピを募ったことがきっかけとなって生まれた料理です。揚げた鶏肉とごぼうを、砂糖と醤油などの調味料を混ぜ合わせたたれで絡めた料理です。	
3火	さちうにゅう	おにっこラーメン ちゅうかふうたまごやき さつまいものこまに		ちゅうかめん あぶら さとう ごまあぶら でんぶん さつまいも ごま	ぎゅうにゅう ぶたにく かまぼこ たまご	もやし ねぎ ほうれんそう にんじん しいたけ たけのこ	各学校の6年生のリクエストを ★マークで示しています。 来月もお楽しみに♪	
4水	さちうにゅう	ごはん チキンチキンごぼう*1 こまつなとワインナーのソテー だいこんとあぶらあげのみそしる		こめ でんぶん あぶら さとう	ぎゅうにゅう とりにく ワインナー あぶらあげ わかめ みそ	ごぼう こまつな にんじん だいこん えのきたけ みずな ねぎ	各学校の6年生を対象に、 「卒業前にもう一度食べたい給食」 のリクエスト調査を実施し、 2学期・3学期の献立に入れています。	
5木	さちうにゅう	ツナコーントースト ジンジャーポトフ ミックスゼリー		しょくパン あぶら マヨネーズ ジャがいも ぶどうゼリー サイダーゼリー サイダー	ツナ チーズ ぎゅうにゅう とりにく ウィンナー いんげんまめ	とうもろこし たまねぎ セロリー だいこん にんじん さやいんげん しょうが		
6金	さちうにゅう	ごはん さわらのガーリックソテー わかめともやしのあえもの とりにくとだいこんのにもの		こめ こむぎこ あぶら バター さとう	ぎゅうにゅう さわら わかめ とりにく	にんにく レモン パセリ もやし にんじん えのきたけ だいこん さやいんげん ねぎ しょうが		
9月	さちうにゅう	ざつこくごはん なまあげのちゅうかいため かきたまみそしる りんご		こめ ごこくまい さとう あぶら ごまあぶら でんぶん	ぎゅうにゅう なまあげ ぶたにく たまご みそ	にんじん たまねぎ たけのこ はくさい ねぎ しょうが もやし しめじ みづば りんご		
10火	さちうにゅう	ごはん ハンバーグ(ソース) ひじきのいりに とんじる		こめ あぶら パンこ でんぶん さとう じやがいも	ぎゅうにゅう ぶたにく ひじき あぶらあげ だいす みそ	たまねぎ トマト ごぼう にんじん だいこん ねぎ こんにゃく		
12木	さちうにゅう	チョコチップパン ハートにんじんDay だいこんときゅうりのサラダ		チョコチップパン でんぶん あぶら ちゅうかドレッシング マカロニ	ぎゅうにゅう とりにく ベーコン	しょうが にんにく きゅうり にんじん だいこん とうもろこし たまねぎ キャベツ ほうれんそう		
13金	さちうにゅう	ごはん さばのみそやき ほうれんそうとキャベツのごまあえ あぶらあげのみそしる		こめ さとう ごま	ぎゅうにゅう さば みそ あぶらあげ わかめ	しょうが キャベツ ほうれんそう にんじん だいこん えのきたけ はくさい ねぎ		
16月	さちうにゅう	てんぶらうどん★ てんぶら(ちくわ・さつまいも)★ こんにゃくのいりに		うどん あぶら さとう でんぶん ごむぎこ さつまいも ごまあぶら	ぎゅうにゅう とりにく ちくわ ぶたにく	はくさい にんじん しいたけ ほうれんそう ねぎ こんにゃく ごぼう さやいんげん		
17火	さちうにゅう	ミルクパン さかなのつぶマスタードソースかけ(ソース) キャベツとさつまいものサラダ ミネストローネ		ミルクパン こむぎこ あぶら さつまいも コーンクリーミードレッシング さとう	ぎゅうにゅう シイラ なまクリーム ベーコン いんげんまめ	パセリ キャベツ きゅうり にんじん かぶ たまねぎ トマト セロリー にんにく		
18水	さちうにゅう	マーボーだいこんどん たまごとチンゲンサイのスープ ぶどうゼリー		こめ さとう でんぶん ごまあぶら あぶら ぶどうゼリー	ぎゅうにゅう ぶたにく だいす みそ たまご とりにく	だいこん にんじん しいたけ ねぎ にら にんにく しょうが とうもろこし チンゲンサイ		
19木	ジョア	ベーコンとごぼうのピラフ とうふナゲット(2c) かいそうサラダ (わふうドレッシング) コーンポタージュ		こめ おおむぎ バター あぶら でんぶん さとう わふうドレッシング ごむぎこ	ベーコン ジョア とうふ おから とりにく かいそうミックス ぎゅうにゅう なまクリーム	ごぼう たまねぎ ピーマン にんじん しょうが キャベツ きゅうり とうもろこし パセリ		
20金	さちうにゅう	やきにくどん けんちんじる りんご		こめ あぶら さとう さといも ごまあぶら	ぎゅうにゅう ぶたにく あぶらあげ とうふ	しょうが にんにく ねぎ たまねぎ にんじん にら こんにゃく だいこん こねぎ りんご		
24火	さちうにゅう	ごはん にくどうふ きびなごのからあげ デコポン		こめ あぶら さとう でんぶん	ぎゅうにゅう とうふ ぶたにく きびなご	たまねぎ ねぎ しらたき にんじん さやいんげん デコポン		
25水	さちうにゅう	さといもとにんじんのカレーライス カリフラワーのサラダ		こめ さといも あぶら ごむぎこ バター フレンチドレッシング	ぎゅうにゅう ぶたにく チーズ ハム	たまねぎ にんじん にんにく しょうが トマト カリフラワー キャベツ		
26木	さちうにゅう	はつがげんまいいりごはん しろみさかなのピリットジャン たちかわのだいちから うどのごちそうきんぴら たちかわのめぐみやわらどんと たちかわさんやさいのみそしる		こめ げんまい でんぶん あぶら さとう ごま じやがいも	ぎゅうにゅう ホキ ぶたにく なまあげ みそ	にんにく しょうが パインアップル ごぼう うど にんじん れんこん だいこん こんにゃく ねぎ たまねぎ こまつな		
27金	さちうにゅう	くろざとうパン サーモンチャウダー ブロッコリーのサラダ		くろざとうパン じやがいも あぶら ごむぎこ バター さとう	ぎゅうにゅう さけ なまクリーム	にんじん たまねぎ グリンピース セロリー ブロッコリー キャベツ とうもろこし		

\*都合により献立が変更になることもあります。

\*学校給食では、様々な食品を使用します。

今まで食べたことがない食品がある場合には、ご注意ください。

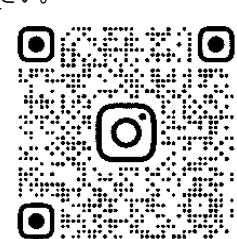
\*立川市学校給食における食物アレルギー対応方針は

ホームページからご覧になれます。

下の二次元コードからアクセスしてください。



<立川市学校給食における  
食物アレルギー対応方針>



<Instagram:  
みんなのくるりんキッチン>



Let's try to use English!

今月の立川産を英語で言ってみよう!  
答えは裏面右下で確認できます。

今月の立川産

ブロッコリー・キャベツ・うど  
だいこん・ねぎ・はくさい



基準	エネルギー	たんぱくしつ
今月の平均	629kcal	摂取エネルギー全体の 16%
国の基準	650kcal	摂取エネルギー全体の 13~20%

東調理場(小) <<みんなのくるりんキッチン>>

