

2月の予定献立表(小学校)

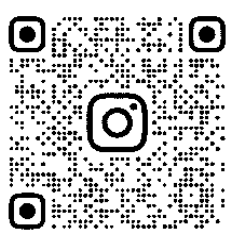
令和7(2025)年度

日曜	のみの	給食回数	18回	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)	からだのちょうしを ととのえるもと(みどり)
2月	2月	だいちごはん いわしのピリからソース もやしとささみのあえもの じゃ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 じゃがいも	だいち 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 にんにく 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	3火	おにっこラーメン ちゅうかふうたまごやき さつまいものごまに	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	リクエスト給食		
4水	4水	ごはん チキンチキンごぼう*1 こまつなとウィンナーのソテー 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 ウィンナー 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♪		
5木	5木	ツナコーントースト ジンジャーポトフ ミックスゼリー	しょうパン あぶら マヨネーズ じゃがいも 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 さいいんげん しょうが	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。		
6金	6金	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 さいいんげん ねぎ しょうが	★てんぱらうどん……第一小(3組)		
9月	9月	ざっくごはん 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 きくらげ たけのこ はくさい ねぎ しょうが もやし しめじ みつば りんご	第八小学校、6年生の家庭科の授業で献立の立て方を栄養士とともに学び、一食分の給食の献立を考えてくれました。たくさんあるルールを守りながら、あれこれと悩み、創意工夫された献立がありました。実際に給食として登場するのは、各クラスで選ばれた代表献立のひとつです。どのような給食となったのか、お楽しみに！		
10火	10火	ごはん ハンバーグ(ソース) ひじきのいりに とんじり	こめ あぶら パンこ でんぶん さとう じゃがいも	ぎゅうにゅう ぶたにく ひじき あぶらあげ だいち 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	10日 6年1組 12日 6年3組 13日 6年2組		
12木	12木	チョコチップパン とりにくのからあげ だいこんときゅうりのサラダ ABCスープ	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	今月の図書給食は、6日の「とりにくとだいこんのもの」です。本の紹介は、裏面へ！→→→		
13金	13金	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	としよ きゅうしよく		
16月	16月	てんぱらうどん★ てんぱら(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 こむぎこ 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 さいいんげん	今月の図書給食は、6日の「とりにくとだいこんのもの」です。本の紹介は、裏面へ！→→→		
17火	17火	ミルクパン さかなのつぶマスタードソースがけ(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	としよ きゅうしよく		
18水	18水	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 だいち 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 たまねぎ とうもろこし チンゲンサイ	としよ きゅうしよく		
19木	19木	ベーコンとごぼうのピラフ とうふナゲット(2こ) 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 こむぎこ	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	としよ きゅうしよく		
20金	20金	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	今月の注目食材 だいこん		
24火	24火	ごはん にくどうふ きびなごのからあげ デコボン	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 さいいんげん デコボン	全国で栽培され、どの季節でも出回っています。品種や産地によっても違いますが、春から夏のだいこんはやや辛みが強く、だいこんおろしなど生食向き、冬のだいこんは甘みが増しているの煮物やおでんに適しています。今が旬の冬のだいこんを味わってください。		
25水	25水	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 こむぎこ 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	出典 新鮮おいしい野菜と果物を見つける本(永岡書店)		
26木	26木	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 たちかわのめくみやわらんと 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 じゃがいも	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	27金	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 じゃがいも あぶら こむぎこ 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 グリーンピース 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>



@TACHIKAWA_GAKKOUKYUUSHOKU
<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。

東調理場(小) <<みんなのくるりんキッチン>>

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

