

2月の予定献立表(Bブロック)

令和7(2025)年度

日曜	のみもの	給食目標 栄養のバランスを食べて食べよう				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	にゅう	 ごはん だいすきのこのこのポテトグラタン ほうれんそうのソテー ^{オニオンスープ}	こめ ジャガイモ マヨネーズ あぶら	ぎゅうにゅう ぶたにく だいすき チーズ ベーコン	たまねぎ まいたけ しめじ トマト ほうれんそう どうもろこし しいたけ にんじん キャベツ にんにく バセリ		
3火	にゅう	ごはん いわしのピリからソース まめまめサラダ おにっこじる	こめ でんぶん あぶら さとう ごまあぶら さといも	ぎゅうにゅう いわし だいすき かまぼこ とうふ	しょうが にんにく ねぎ きゅうり にんじん だいこん えだまめ はくさい		
4水	にゅう	ぶたバラあんかけごはん トックとやさいのちゅうかスープ	こめ あぶら さとう ごまあぶら でんぶん トック	ぎゅうにゅう ぶたにく	たけのこ はくさい きくらげ にんじん チンゲンサイ ねぎ にんにく こまつな たまねぎ		
5木	きゅうにゅう	パンプキンパン ツナたまやき キャベツとブロッコリーのソテー ^{はくさいのとうにゅうクリームスープ}	パンプキンパン さとう あぶら ジャガイモ こむぎこ バター	コーヒーぎゅうにゅう たまご ツナ ウィンナー とりにく ぎゅうにゅう どうにゅう	たまねぎ こねぎ キャベツ ブロッコリー にんじん はくさい		
6金	にゅう	ませビビンバ ししゃものいそべあげ (2ほん) はるさめスープ	こめ ごま さとう ごまあぶら でんぶん あぶら こむぎこ はるさめ	ぶたにく たまご ぎゅうにゅう ししゃも あおのり とりにく とうふ	ねぎ にんにく しょうが ほうれんそう にんじん まめやし チンゲンサイ にら きくらげ		
9月	にゅう	★ガーリックトースト ポークシチュー こんさいサラダ	しょくパン バター ジャガイも あぶら こむぎこ さとう	ぎゅうにゅう ぶたにく チーズ	にんにく パセリ たまねぎ にんじん しょうが トマト きゅうり ごぼう だいこん		
10火	にゅう	 ぶたキムチごはん さくらげのたまごいため にんじんしりしり わかめスープ	こめ ごまあぶら あぶら さとう でんぶん ごま	ぶたにく ぎゅうにゅう たまご ツナ かつおぶし わかめ	キムチ にら にんじん にんにく さくらげ たけのこ ねぎ しょうが こまつな どうもろこし たまねぎ えのきたけ チンゲンサイ		
12木	にゅう	★チョコチップパン さかなのこうみカツレツ ささみとにんじんのサラダ トマトとまめのスープ	チョコチップパン こむぎこ パンこ あぶら ごまあぶら さとう	ぎゅうにゅう シイラ とりにく いんげんまめ	パセリ にんにく もやし にんじん たまねぎ トマト だいこん		
13金	にゅう	ごはん ★チーズインハンバーグ(ソース) ブロッコリーとしめじのソテー ^{キャベツとたまねぎのコンソメスープ}	こめ あぶら パンこ でんぶん	ぎゅうにゅう ぶたにく チーズ ウィンナー	たまねぎ ブロッコリー しめじ にんじん キャベツ		
16月	にゅう	ざっこくごはん さわらのごまみそやき きりほしだいこんのつけ とうふとねぎのすまじる		こめ ごこくまい ごま さとう ごまあぶら あぶら	ぎゅうにゅう さわら みそ あぶらあげ とうふ	だいこん さやいんげん にんじん ねぎ こまつな たまねぎ	
17火	にゅう	しおちゃんこうどん せせいどうふ スティックだいがくいも	うどん あぶら さとう でんぶん さつまいも ごま	ぎゅうにゅう とりにく とうふ たまご	ごぼう はくさい にんじん えのきたけ みずな ねぎ たけのこ しいたけ		
18水	にゅう	カレーライス わかめとキャベツのサラダ デコポン		こめ ジャガイも あぶら バター こむぎこ さとう ごまあぶら	ぎゅうにゅう ぶたにく チーズ わかめ	たまねぎ にんじん にんにく しょうが トマト キャベツ きゅうり デコポン	
19木	にゅう	ソフトフランスパン ポークチャップ ボトル りんご	ソフトフランスパン あぶら さとう ジャガイも	ぎゅうにゅう ぶたにく ウィンナー いんげんまめ	たまねぎ にんじん ピーマン だいこん さやいんげん セロリー りんご		
20金	にゅう	 ワカメごはん さけのしおやき うどとひきにくのいためもの いろとりどりスープ	こめ あぶら さとう ごまあぶら ジャガイも	わかめ ぎゅうにゅう さけ ぶたにく とりにく	ごぼう うど にんじん れんこん こんにゃく ピーマン たまねぎ だいこん もやし しめじ ブロッコリー		
24火	にゅう	★ジャージャーめん チングンサイのスープ ぶどうゼリー	ちゅうかめん あぶら さとう でんぶん ごまあぶら ぶどうゼリー	ぎゅうにゅう ぶたにく だいすき みそ とりにく とうふ	たけのこ にんじん たまねぎ しいたけ ねぎ にんにく しょうが チングンサイ		
25水	にゅう	 ウィンナーピラフ しろみざかなの ガーリックソテー(ソース) ほうれんそうのバターいため かぼちゃのボタージュ	こめ あぶら こむぎこ さとう バター	ウインナー ぎゅうにゅう ホキ なまクリーム	たまねぎ にんじん マッシュルーム ピーマン グリンピース にんにく レモン トマト バブリカ バセリ ほうれんそう とうもろこし キャベツ かぼちゃ		
26木	にゅう	★やきにくどん とうにゅうちゅうかスープ デコポン	こめ さとう あぶら ジャガイも	ぎゅうにゅう ぶたにく とりにく とうふ とうにゅう	しょうが にんにく たまねぎ にんじん ピーマン はくさい ねぎ デコポン		
27金	にゅう	ごはん なまあげとだいこんのもの さゆうりとハムのピリからあえ さつまいもとじゃこのいためもの		こめ さとう あぶら ごまあぶら さつまいも ごま	だいこん にんじん さやえんどう ねぎ さゆうり キャベツ さやいんげん		

*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>



節分 豆ちしき

「節分」とは“節変わり”ともいい、もともとは立春・立夏・立秋・立冬の前日をいいました。日本では、寒い冬から暖かい春になる立春の前日の節分がとくに大事にされ、豆まきなどの邪気を払う行事とともに現在まで伝えられています。豆を年の数だけ食べると、その年は病気になりにくいと言います。豆まきなどに使われる炒り大豆は特に固いので、よく噛んで食べましょう。

参考: たよりになるね! 食育ブック5 ©少年写真新聞社



★ガーリックトースト…新生小

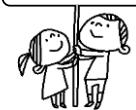
★チョコチップパン…若葉台小

★チーズインハンバーグ…大山小

★ジャージャーめん…第九小・南砂小・松中小・西砂小・若葉台小・大山小

★焼肉丼…松中小

各学校の6年生のリクエストを
★マークで示しています。



今月のリクエスト給食

★トシヨ

「ぼくんちカレーライス」

という絵本から「カレーライス」

ぐわしくは裏面をご覧ください。

基準

エネルギー

たんぱくしつ

今月の平均

613kcal

摂取エネルギー全体の 16%

国際基準

650kcal

摂取エネルギー全体の 13~20%

西調理場<<みんなのくるりんキッチン>>