



2 月 予 定 献 立 表



令和8年2月

渋谷区立広尾小学校

日	曜	行事など	献立名	牛乳	赤の仲間 血や肉になる	緑の仲間 体の調子を整える	黄の仲間 熱や力の元になる	1膳分 たんぱく質
2	月		ご飯 ぶりの照り焼き きんぴらごぼう みそ汁	○	ぶり しょうが	しょうが	米 片栗粉	592 Kcal 26.5 g
3	火	節分献立	手巻き寿司 すまし汁 マカロニきなこ		手巻きのり たまご まぐろ缶詰 つみれ きな粉	玉葱 青菜 きゅうり 人参 大根 ねぎ	じゃがいも 米 砂糖 エッグケアマヨネーズ 麩	694 Kcal 29.3 g
4	水	渋谷 味めぐり 給食	ちゃんごうどん べったら漬 ビール風ゼリー		鶏肉 油揚げ ちくわ 切り昆布 粉寒天 カルピス	にんにく しょうが 人参 白菜 小松菜 ねぎ キャベツ きゅうり 大根 人参 りんごジュース	マカロニ 砂糖 うどん 油 砂糖 砂糖	559 Kcal 23.2 g
5	木		ご飯 豆腐入りハンバーグ バジルサラダ カレースープ	○	豚ひき肉 豆腐 牛乳 豚肉 豚肉	玉葱 トマトケチャップ きゅうり 黄パプリカ 玉葱 にんにく バジル 玉葱 人参 緑豆もやし 小松菜	米 パン粉 砂糖 じゃがいも オリーブ油 砂糖	651 Kcal 28.4 g
6	金		焼き肉チャーハン 春雨スープ きびなごのから揚げ せとか	○	牛肉 さつま揚げ 炊き込みわかめ たまご 鶏肉 ロースハム きびなご	しょうが にんにく ねぎ 小松菜 人参 干し椎茸 えのき きくらげ (乾) ねぎ チンゲンサイ しょうが しょうが せとか	米 ごま油 砂糖 ごま はるさめ ごま油 片栗粉 薄力粉	698 Kcal 25.5 g
9	月		ご飯 ひじきふりかけ 肉豆腐 いんげん入りごま和え ミルクパン	○	干しひじき ちりめんじゃこ 豚肉 豆腐 さやいんげん 人参 キャベツ		米 ごま しらたき 車麩 砂糖 砂糖 ごま ミルクパン	585 Kcal 25.7 g
10	火	ABC クッキング スタジオ コラボ給食	鮭ステーキクリームソース ABCスープ (トマト味) マーボー丼 パンサンデー 大豆しゃりしゃり	○	鮭 牛乳 ベーコン 豚肉 レンズまめ 豚ひき肉 みそ 八丁味噌 豆腐	玉葱 エリンギ 椎茸パウダー ブロッコリー 玉葱 人参 セロリ トマトピューレ かぶ トマト缶 しょうが にんにく 人参 干し椎茸 たけのこ水煮 ねぎ にら	強力粉 バター 薄力粉 マカロニ 米 砂糖 片栗粉 ごま油 春雨 三温糖 ごま油 片栗粉 揚げ油	31.5 g
12	木		チキンライス 白菜のスープ ミニエクレアパン	○	ベーコン 鶏肉 ベーコン わかめ 牛乳 たまご	トマトジュース 玉葱 人参 マッシュルーム水煮 トマトケチャップ グリンピース	米 バター コッペパン 砂糖 コーンスターチ バター パータグラッセ	636 Kcal 22.3 g
16	月		ご飯 さばのスパイス焼き キャベツとわかめの辛子醤油 豚肉と小松菜のスープ	○	さば わかめ ちりめんじゃこ 豚肉	しょうが にんにく 人参 キャベツ 小松菜 人参 干し椎茸	米 大麦 油 黒ごま 三温糖 ごま油 じゃがいも	608 Kcal 27.7 g
17	火		チリビーンズライス 糸寒天サラダ 湘南ゴールド	○	豚ひき肉 大豆 粉チーズ 糸寒天 湘南ゴールド	にんにく しょうが 玉葱 人参 トマト缶 トマトピューレ トマトケチャップ キャベツ 人参 きゅうり レモン汁	米 無塩バター 砂糖 じゃがいも バター 薄力粉 砂糖	683 Kcal 21.7 g
18	水		ホイコーロー丼 ジョア 中華風コーンスープ いちご食べ比べ		豚肉 生揚げ ジョア(いちご) 豚肉 たまご	ながねぎ にんにく キャベツ ビーマン 赤パプリカ たけのこ水煮 しょうが にんにく 玉葱 人参 クリームコーン	米 三温糖 片栗粉 じゃがいも 片栗粉 ごま油	586 Kcal 25.6 g
19	木	ベル 大使館 コラボ 給食	アロスコンボヨ サンコチャード セビーチェ	○	鶏肉 牛肉 ひよこまめ いか たこ	玉葱 ビーマン にんにく トマトケチャップ コリアンダー ほうれん草 かぼちゃ ホールコーン 大根 セロリ キャベツ きゅうり 人参 玉葱 レモン汁	米 じゃがいも オリーブ油 砂糖	614 Kcal 26.2 g
20	金		あんかけ焼きそば 春巻き はまさき	○	豚肉 豚肉 はまさき	しょうが にんにく 人参 玉葱 白菜 チンゲンサイ もやし にら 干し椎茸 はまさき	中華めん 砂糖 ごま油 片栗粉 春巻きの皮 春雨 砂糖 ごま油 薄力粉 揚げ油	624 Kcal 23.9 g
24	火		ご飯 かじきの竜田揚げ 野菜のからし和え 貝だくさん味噌汁	○	めかじき 油揚げ みそ	しょうが キャベツ 人参 小松菜 大根 玉葱 ねぎ 小松菜	米 片栗粉 揚げ油 砂糖 じゃがいも	578 Kcal 29.6 g
25	水	エビス ビール の日	恵比寿ビールバーガー 白いんげん豆と野菜のスープ キャベツとりんごのサラダ	○	鶏肉 ベーコン 鶏肉 いんげんまめ キャベツ りんご きゅうり 玉葱	トマトケチャップ 玉葱 にんにく キャベツ 人参 玉葱 セロリ キャベツ りんご きゅうり 玉葱	丸パン 砂糖 オリーブ油 はちみつ じゃがいも 砂糖	596 Kcal 30 g
26	木		野菜炒飯 豆腐ときくらげのスープ ツナと野菜の和え物	○	ロースハム たまご 鶏肉 豆腐 まぐろ缶詰	しょうが のぎわな塩漬 しょうが ねぎ 人参 きくらげ (乾) 小松菜 キャベツ 緑豆もやし きゅうり	米 三温糖 ごま油 白ごま 片栗粉 ごま油 砂糖	567 Kcal 24 g
27	金	音楽会 児童 鑑賞日	スタミナ丼 海藻スープ ひろごん蒸しパン	○	豚ひき肉 大豆 豆腐 豚レバー みそ 鶏肉 わかめ めかぶわかめ たまご 牛乳	にんにく しょうが ながねぎ 人参 にら えのきたけ 小松菜 ねぎ ぶどうジュース	米 三温糖 片栗粉 ごま油 ごま油 薄力粉 砂糖 麩 無塩バター チョコペン	638 Kcal 27.9 g
28	土	音楽会 保護者 鑑賞日	シーフードクリームライス ポテトのフレンチサラダ 宝島ゼリー	○	鶏肉 えび ほたて貝柱 粉寒天 ホイップクリーム	しょうが 玉葱 人参 マッシュルーム キャベツ きゅうり ホールコーン 玉葱	米 バター 薄力粉 じゃがいも 三温糖 砂糖 デコレーションシュガー	619 Kcal 20.3 g
							今月の平均栄養価	618Kcal 26.1g
							学校給食摂取基準	650Kcal 21.1~32.5 g

平均栄養価は、学校給食摂取基準の±10%の範囲で設定しています。