

# 2月 給食予定献立表



渋谷区立加計塚小学校



日 曜 日	主 食		献 立 名	血や骨になるもの	からだの調子を整える	体を動かす 力になるもの	1人分 kcal	たんぱく質 g
2 月	ご飯	○	さわらの幽庵焼き キャロットソースサラダ だまこみそ鍋	さわら 昆布 かつお節 鶏肉 味噌 牛乳	キャベツ きゅうり コーン にんじん ねぎ まいたけ ごぼう はくさい せり かぼず	米 オリーブ油 だまこもち	605	27.5
3 火	★節分給食★ 恵方ドッグ 	○	6種類サラダ 鬼除け汁 福豆	フランクフルト 木綿豆腐 つみれ 大豆 牛乳	トマト キャベツ 赤パプリカ にんじん きゅうり コーン 赤たまねぎ ごぼう さやいんげん だいこん	コッパパン オリーブ油 ごま油 ごんにやく	611	23.3
4 水	元気もりもり丼	○	坦々スープ いちご&バナナチョコ春巻き	豚肉 豚ひき肉 味噌 豆乳 牛乳	キャベツ 玉葱 にんじん 黄パプリカ にら にんにく しょうが しめじ ねぎ はくさい もやし バナナ いちご	オリーブ油 ごま油 ごま 米 ビーフン 白ごま チョコレートシロップ 春巻きの皮	696	25.0
5 木	雑穀ご飯	○	和風ハンバーグ じゃがいもコーン みそ汁	豚ひき肉 鶏ひき肉 木綿豆腐 干しひじき 味噌 絹ごし豆腐 わかめ 牛乳 小豆 青大豆 大豆	玉葱 大葉 レモン(果汁) だいこん こねぎ コーン こまつな ねぎ えのき にんじん	米 黒米 大麦 もち麦 押し麦 赤米 もちきび もろこし パン粉 じゃがいも	616	26.9
6 金	★しぶや味めぐり給食★ ちゃんこうどん	○	べったら漬け ビール風ゼリー	鶏肉 油揚げ ちくわ 粉寒天 カルピス 牛乳	にんにく しょうが にんじん はくさい こまつな ねぎ キャベツ きゅうり だいこん りんごジュース 唐辛子	うどん 塩こうじ	565	23.6
9 月	鮭ご飯 (手巻きのり)	○	厚焼きたまご きゅうり ツナコーンサラダ 鯛のあら汁	焼きのり 鮭 たまご ツナ缶 味噌 油揚げ まだい 牛乳	きゅうり キャベツ にんじん 玉葱 コーン こまつな だいこん ねぎ こねぎ はくさい しょうが	米 エッグケアマヨネーズ	619	25.8
10 火	★栃木県給食★ ライトライン 黒チャーハン	○	餃子スープ いちご	豚肉 ウィンナー 豚ひき肉 牛乳	にんにく 玉葱 かんぴょう にら コーン にんじん キャベツ しょうが ねぎ こまつな はくさい もやし いちご	米 オリーブ油 ぎょうざの皮 ごま油 片栗粉	628	23.1
12 木	わかめご飯	タビオカ 抹茶	牛じゃが せんべい汁	わかめ 牛肉 鶏肉 油揚げ 牛乳	にんじん 玉葱 さやいんげん はくさい ねぎ こまつな しめじ えのき 抹茶	米 白ごま オリーブ油 じゃがいも こんにやく 南部せんべい タビオカ	693	27.6
13 金	★パレンタイン給食★ エクレアパン 	○	トマトクリームシチュー パリパリ増量サラダ	生クリーム 牛乳 鶏肉 粉チーズ	玉葱 にんじん コーン ブロッコリー しめじ トマト キャベツ パセリ きゅうり レモン(果汁)	コッパパン チョコレート オリーブ油 じゃがいも バター 薄力粉 揚げ中華麺 ごま油	678	27.0
16 月	ご飯	○	かじきの竜田揚げ もやしの梅肉和え ゆばのみそ汁	めかじき 鶏肉 味噌 ゆば 豚肉 牛乳	しょうが もやし キャベツ きゅうり 梅干し にんじん だいこん こまつな はくさい こねぎ	米 片栗粉 ごま油 ごま こんにやく	602	30.7
17 火	★広島県給食★ 尾道らーめん	○	瀬戸内レモンサラダ はっさく	豚肉 かつくちいわし 牛乳	しょうが ねぎ にんじん こねぎ もやし メンマ キャベツ きゅうり ミニトマト レモン はっさく	中華めん ごま油 ごま オリーブ油	567	25.6
18 水	★コラボwithペルー給食★ アロスコンポーヨ	○	サンコチャード セビーチェ	鶏肉 牛肉 レンズまめ いか たこ 牛乳	玉葱 ビーマン にんにく トマト かぼちゃ パセリ コーン だいこん セロリ キャベツ きゅうり にんじん レモン(果汁)	米 じゃがいも オリーブ油	622	25.9
19 木	ご飯	ジョア プレーン	肉野菜炒めの食べ比べ (塩だれ・しょうが) 鶏ガラのみの汁	豚肉 絹ごし豆腐 味噌 わかめ 油揚げ ジョア	にんにく ねぎ にら レモン(果汁) もやし 玉葱 こねぎ しょうが にんじん こまつな だいこん はくさい	米 オリーブ油 ごま油	624	27.0
20 金	★保健・給食委員会給食★ ピロシキ風パン	○	オリヴィエサラダ シチー	牛肉 たまご 鶏肉 牛乳	玉葱 干し椎茸 にんじん きゅうり えだまめ 赤パプリカ キャベツ にんにく ローリエ	丸パン オリーブ油 パン粉 はるさめ じゃがいも エッグケアマヨネーズ	637	25.5
24 火	★2月誕生日給食★ お赤飯 	ぶどう ジュース	金目鯛の煮つけ 大根の煮物 春野菜たっぷり豚汁 豆乳のカ(プレーン)	小豆 キンメダイ 昆布 味噌 豚肉 豆乳	しょうが だいこん ねぎ こまつな ごぼう にんじん きぬさや なのはな ぶどうジュース	米 もち米 ごま じゃがいも	606	24.9
25 水	いわしとトマトの スパゲティー	○	コーンサラダ フルーツポンチ	豚ひき肉 アンチョビ いわし 牛乳	玉葱 トマト にんにく パセリ にんじん まいたけ セロリ しょうが キャベツ きゅうり コーン みかん缶 バイン缶 黄桃缶 いちご 唐辛子	スパゲッティ オリーブ油 薄力粉 ごま 白玉団子 サイダー	683	29.4
26 木	ご飯	○	ささみのカレーチーズ焼き ひじきと切り干し大根の煮物 みそ汁	ささみ チーズ 粉チーズ さつま揚げ 油揚げ 干しひじき かつお節 味噌 牛乳 わかめ	切干しだいこん にんじん さやいんげん はくさい こまつな ねぎ	米 オリーブ油 エッグケアマヨネーズ パン粉 じゃがいも こんにやく	637	28.0
27 金	中華丼	○	春雨サラダ トックスープ	豚肉 いか えび うすろ(水煮) 木綿豆腐 牛乳	にんにく しょうが 干し椎茸 にんじん はくさい ねぎ チンゲンサイ たけのこ キャベツ きゅうり コーン ながねぎ こまつな もやし	米 片栗粉 ごま油 春雨 オリーブ油 白ごま トック	670	26.0

※食材料購入の都合により献立内容が変更されることがありますのでご了承ください。

📞:リクエスト給食