



日	曜日	牛乳	献立	あか	きいろ	みどり	エネルギー (kcal) たんぱく質 (g)
				血や肉に なる食品	熱や力の元 になる食品	体の調子を 整える食品	
3	月		豆ごはん イワシのつみれ汁 牛肉とこんにゃくのしぐれ煮 <b>節分給食</b>	 牛乳 大豆 いわし 鶏肉 赤みそ 絹ごし豆腐 白みそ 牛肉	米 でんぷん 三温糖 つきこんにゃく 白いりごま	しょうが ねぎ にんじん だいこん 白菜 ごぼう	636 28.6
4	火		五目あんかけ焼きそば 大豆もやし中華サラダ ごま団子	牛乳 豚肉 いか 白ちくわ うすら卵(水煮) ロースハム いんげんまめ(しあ)	中華めん(蒸し) でん粉 三温糖 さつまいも 白玉粉 白いりごま 油	玉葱 にんじん 白菜 たけのこ(水煮) エリンギ きくらげ(乾) チンゲンツアイ ねぎ だいずもやし こまつな ホールコーン	641 28.8
5	水		ごはん ひじきふりかけ 桜島大根のぶり大根 さつま汁 <b>鹿児島市立桜峰小学校との交流</b>	 牛乳 ひじき ちりめんじゃこ ぶり 鶏肉 さつま揚げ 絹ごし豆腐 白みそ 赤みそ	米 三温糖 白いりごま 薄力粉 さつまいも	 ゆかり だいこん しょうが にんじん ごぼう 干し椎茸 ねぎ	643 27.1
6	木		炊き込みいなり 魚の包み揚げ 甘平 <b>初午献立</b>	 牛乳 鶏肉 油揚げ 焼きのり ホキ プロセスチーズ	米 大麦 三温糖 白いりごま 春巻きの皮 薄力粉 揚げ油	しょうが にんじん 干し椎茸 えだまめ 甘平	659 30.7
7	金		丸パン 2種のソースから選べるチキンソテー キャロットマリネ コールスロー ポトフ <b>渋谷区コラボ給食:ABCクッキング</b>	牛乳 鶏肉 ベーコン ウィナー 豚肉 いんげんまめ(白)	丸パン 砂糖 でんぷん 有塩バター オリーブ油 じゃがいも	りんごジュース しょうが レモン汁 にんじん えだまめ キャベツ ホールコーン にんにく 玉葱 かぶ	674 29.5
10	月		鯛茶漬 即席あえ 豚肉と大根のうま煮 アイスクリーム(バニラ)	 牛乳 まだい 刻みのみ 豚肉 アイスクリーム(乳・卵含)	米 大麦 でんぷん あられ 白いりごま 板こんにゃく 三温糖	こねぎ キャベツ きゅうり にんじん しょうが だいこん 白菜 たけのこ(水煮) 干し椎茸 長ねぎ こまつな	666 27.7
12	水		わかめごはん 生揚げのご馳走あんかけ みそ汁 みかん	牛乳 炊き込みわかめ 生揚げ 牛肉 生わかめ 赤みそ 白みそ	米 三温糖 でんぷん	しょうが 玉葱 にんじん たけのこ(水煮) 干し椎茸 ほうれんそう だいこん えのきたけ ねぎ みかん	693 30.2
13	木		チリビーンズライス 海藻サラダ スカイベリー	牛乳 鶏肉 豚肉 大豆 レンズまめ(乾) くきわかめ カットわかめ ロースハム	米 大麦 じゃがいも 薄力粉 三温糖	 にんにく 玉葱 にんじん トマト缶詰(ジュース) 干し椎茸 キャベツ きゅうり いちご	653 27.8
14	金		エクレアパン ミネストローネ ほうれんそうサラダ <b>バレンタインデー献立</b>	 牛乳 牛乳 クリーム(乳脂肪) たまご ベーコン 豚肉	コッペパン 砂糖 コーンスターチ 有塩バター ミルクチョコレート じゃがいも 三温糖	玉葱 セロリー にんじん トマト缶詰(ホール) こまつな ほうれんそう もやし ホールコーン	672 26.2
15	土	ジョアストロベリー	クッパ 白菜ナムル りんご	ジョア 豚肉 絹ごし豆腐 たまご	米 大麦 白いりごま	にんにく 玉葱 にんじん 干し椎茸 たけのこ(水煮) ねぎ はくさい(キムチ漬) こねぎ 白菜 にら りんご	599 26.8
17	月		ごはん 魚の一味焼き ゆかりあえ 神南みそ汁 <b>神南みそ(5-1, 5-2)の提供</b>	 牛乳 たいせいようさば 油揚げ 神南みそ 生わかめ	米 三温糖 白いりごま じゃがいも	ねぎ しょうが キャベツ にんじん こまつな ゆかり 玉葱 こねぎ	619 24.1
18	火		メープルシロップトースト サーモンチャウダー ネーブルオレンジのサラダ	 牛乳 レンズまめ(乾) 牛乳 脱脂粉乳 銀鮭 粉チーズ いか あさり	食パン 有塩バター 三温糖 メープルシュガー じゃがいも 薄力粉	玉葱 にんじん クリームコーン マッシュルーム パセリ キャベツ フロッコリー ホールコーン バジル レモン ネーブル	662 28.7
19	水		和風カレー丼 春野菜のれんこんチップスサラダ 天草オレンジ <b>ワンダフル給食</b>	 牛乳 豚肉 ロースハム	米 砂糖 でんぷん 三温糖	だいこん ねぎ こまつな ごぼう にんじん ぶなしめじ れんこん キャベツ フロッコリー カリフラワー ホールコーン 玉葱 天草オレンジ	694 22.4
20	木		肉うどん チーズ入りもち からしあえ 紅白いちご食べ比べ	 牛乳 牛肉 油揚げ チーズ	三温糖 冷凍うどん でんぷん じゃがいも 油	しょうが 玉葱 干し椎茸 ねぎ こまつな もやし にんじん えのきたけ いちご	638 28.5
25	火		磯おこわ 飛び魚入り卵焼き 神南みそ汁 りんご <b>神南みそ(5-3, わかくさ)の提供</b>	 牛乳 鶏肉 刻み昆布 たまご とびうおすり身 神南みそ 生わかめ	米 もち米 三温糖	 にんじん えだまめ しょうが 玉葱 葉ねぎ だいこん えのきたけ ねぎ りんご	625 28.2
26	水		さつまいもごはん 変わり唐揚げ ごま汁 せとか	牛乳 あさり(水煮) 凍り豆腐 豚肉 絹ごし豆腐 赤みそ 白みそ カットわかめ	米 さつまいも 黒いりごま でんぷん 薄力粉 油 白ねりごま	しょうが にんにく ごぼう にんじん だいこん ぶなしめじ 水菜 いよかん	648 23.5
27	木		丸パン トマトソースのミートボール マッシュポテト チキンラグースープ <b>渋谷区コラボ給食:クローチア</b>	 牛乳 豚肉 たまご 鶏肉	丸パン 米 薄力粉 砂糖 じゃがいも 有塩バター オリーブ油	玉葱 にんじん セロリー さやいんげん カリフラワー	747 38.2
28	金		ごはん 鶏肉の神南みそ焼き 野菜のおかかあえ 田舎汁 グレープゼリー <b>2月お誕生日給食 神南みそ(合わせ)の提供</b>	 牛乳 鶏肉 神南みそ 白ちくわ かつお系削り 油揚げ アガー	米 砂糖 板こんにゃく じゃがいも	にんにく キャベツ こまつな もやし にんじん ぶなしめじ だいこん ねぎ ぶどう(濃縮還元ジュース)	623 27.2

\*学校行事や食材購入等の都合により、献立を変更する場合があります。

\*エネルギーとたんぱく質は3・4年生の栄養価です。1・2年生は×0.8、5・6年生は×1.2の栄養価です。

## ★渋谷区立の全小中学校でコラボ給食を提供します★

7日(金) : ABCクッキング

今年度、渋谷区とABCクッキングスタジオが「S-SAP協定」を結び、ABCクッキングスタジオとのコラボメニューを給食提供することになりました。

27日(木) : クローチア

クローチア大使館の皆さまが渋谷区の小中学生にもぜひクローチアの料理を食べてほしいとレシピを教えてくださいました。

## ★神南みそを使った料理を提供します★

6月下旬に、5年生とわかかくさ学級が「神南みそ」を仕込みました。順調に発酵が進み、美味しそうな神南みそが出来上がりました。

17日(月)、25日(火)、28日(金)の3回、提供します。