


2月予定献立表

令和7年2月

渋谷区立渋谷本町学園

日	行事など	献立名	牛乳	赤の仲間 血や肉になる	黄の仲間 熱や力の元になる	緑の仲間 体の調子を整える	I7味*	たんぱく質
3月	節分献立	手巻きちらし	○	銀鮭 油揚げ 卵 のり	米 ごま 油	干し椎茸 人参 れんこん かんぴょう さやいんげん	621	765
		野菜のすまし汁		つみれ	てまりふ	大根 人参 ねぎ	28.8	35.4
		マカロニきな粉		きな粉	米粉マカロニ			
4火		チキンクリームライス	○	鶏肉 牛乳 粉チーズ	米 油 小麦粉 バター	人参 玉ねぎ マッシュルーム	642	793
		れんこんサラダ			ごま油	れんこん キャベツ パプリカ きゅうり	19.6	23.5
		りんご食べ比べ				りんご (ふじ、王林)		
5水		あんかけ焼きそば	○	豚肉	蒸し中華麺 油 ごま油 でんぶん	にんにく しょうが 玉ねぎ 白菜 人参 たけのこ 干し椎茸 ちんげん菜	669	828
		パンバンジー		鶏肉	ごま油 ごま	大根 人参 しょうが きゅうり ねぎ	30.1	37.1
		大豆しゃりしゃり		大豆 青のり	油			
6木	海苔の日 献立 E組校外学習	ご飯	○		米		605	745
		のりの佃煮		のり ひじき			28.5	35.1
		豚肉のすき焼き煮		豚肉 豆腐	油 しらたき 車麩	人参 白菜 えのき ねぎ		
		糸寒天のごま酢和え		糸寒天	ごま	キャベツ 人参 きゅうり 小松菜		
7金		ご飯	○		米		675	836
		揚げぎょうざ		豚肉	ごま油 でんぶん ぎょうざの皮 小麦粉 油	にんにく しょうが キャベツ ねぎ にら	24.2	29.5
		中華風きゅうり			ごま油 ごま	きゅうり		
		中華スープ		豚肉	油	人参 たけのこ 白菜 きくらげ えのき コーン		
12水		ジョア	○	ジョア			682	845
		ハヤシライス		和牛	米 油 バター 小麦粉	にんにく 玉ねぎ 人参 セロリ トマトピューレ	17.1	20.2
		こんにゃくサラダ			こんにゃく ごま油 ごま	きゅうり 人参 キャベツ 玉ねぎ		
		甘平				甘平		
13木		ご飯	○		米		628	774
		鯖の西京焼き		鯖 みそ		しょうが	29.8	36.7
		野菜とひじきの和え物		ひじき	油	キャベツ きゅうり 人参 もやし		
		かぼちゃのみそ汁		豚肉 油揚げ みそ	油	大根 かぼちゃ ねぎ		
14金	バレンタイン 献立	チキンライス	○	鶏肉	米 油 バター	トマトジュース 人参 玉ねぎ コーン マッシュルーム グリンピース	676	837
		ジュリアンスープ		豚肉	油	にんにく セロリ 玉ねぎ 人参 キャベツ	22.8	27.6
		カップケーキ		卵 牛乳	小麦粉 バター チョコチップ			
17月	切干大根の日 献立	ご飯	○		米		596	733
		あじのさんが焼き		あじ 豚肉 みそ のり		ねぎ しょうが	31.7	39.2
		切干とキュウリのごま酢和え			ごま	切干大根 人参 きゅうり		
		みそ汁		豆腐 油揚げ みそ		玉ねぎ ねぎ		
18火		わかめうどん	○	鶏肉 油揚げ わかめ	うどん 油 でんぶん	人参 干し椎茸 ねぎ 小松菜 玉ねぎ たけのこ	696	863
		ちくわの磯辺揚げ		ちくわ 卵 青のり	小麦粉 油		29.1	35.8
		キャベツの甘酢和え				キャベツ 人参 きゅうり		
		ネーブル				ネーブル		
19水		チンジャオロース丼	○	豚肉	米 油 でんぶん	にんにく しょうが たけのこ ピーマン パプリカ	668	826
		チンゲンサイスープ		鶏肉 豆腐 卵	でんぶん	しめじ ちんげん菜	31.8	39.3
		ナムル			ごま ごま油	小松菜 人参 もやし にんにく しょうが		
20木		枝豆そぼろご飯	○	鶏肉	米 油	しょうが 枝豆	593	729
		肉だんごと白菜のスープ		鶏肉 豆腐	でんぶん 春雨 ごま油	しょうが ねぎ にんにく 干し椎茸 人参 白菜 小松菜	29.3	36.1
		大根とじゃこのサラダ		じゃこ	油 ごま油	大根 きゅうり		
21金	おでんの日 献立	茶飯	○		米		627	773
		おでん		揚げボール がんも つみれ はんぺん うずら卵	ちくわぶ こんにゃく じゃがいも	人参 大根	25.6	31.3
		いそ和え		のり かつお節		もやし キャベツ 小松菜		
		デコボン				デコボン		
25火		中華おこわ	○	鶏肉	米 もち米 ごま油 油 こんにゃく	しょうが 干し椎茸 たけのこ 人参 グリンピース	576	707
		たらのみそ汁		たら 豆腐 みそ	こんにゃく	人参 大根 ねぎ	25.2	30.8
		海藻サラダ		海藻ミックス わかめ 糸寒天	ごま油	キャベツ きゅうり 人参 玉ねぎ		
26水	ワンダフル給食 	和風カレー丼	○	豚バラ	米 でんぶん	大根 ねぎ 小松菜 ごぼう 人参 しめじ	694	860
		春野菜のれんこんチップスサラダ		ロースハム	三温糖	れんこん キャベツ ブロッコリー カリフラワー コーン 玉ねぎ	22.6	27.4
		清見オレンジ				清見オレンジ		
27木	F組校外学習	ゆかりご飯	○		米	ゆかり	604	743
		筑前煮		鶏肉 さつま揚げ	油 じゃがいも こんにゃく	ごぼう たけのこ れんこん 人参 干し椎茸 さやいんげん	24.8	30.2
		かりかり油揚げのお浸し		油揚げ みそ かつお節		キャベツ 小松菜		
28金		ミートソーススパゲッティ	○	豚肉 チーズ	スパゲッティ オリーブ油 油	にんにく しょうが セロリ 玉ねぎ 人参 トマト缶 トマトピューレ マッシュルーム	660	816
		いもかぼサラダ		ベーコン	さつまいも 卵不使用マヨネーズ	かぼちゃ きゅうり 玉ねぎ	26.2	32.1
		はるみ				はるみ		

※都合により献立を変更することがありますので、ご承知おきください。