



2月予定献立表

令和4年2月

渋谷区立渋谷本町学園

日	行事	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	たんぱく質	たんぱく質
1 火		五目ご飯	○	鶏肉 油揚げ	米 油 砂糖	人参 たけのこ 干し椎茸 さやいんげん	578	709
		ちんげん菜のごま酢和え		かつお節	ごま ごま油 砂糖	もやし ちんげん菜	25.2	30.8
		石狩汁		豆腐 鮭 みそ	こんにやく じゃがいも バター	人参 大根 干し椎茸 ねぎ		
2 水		バエリア	○	鶏肉 いか えび	米 バター 油	にんにく 玉ねぎ 人参 マッシュルーム コーン	603	742
		ABCスープ		ベーコン 鶏肉	油 マカロニ	人参 玉ねぎ キャベツ コーン	26.7	32.7
		さつまいもとじゃがいもの*トサラダ		八ム	じゃがいも さつまいも 卵不使用マヨネーズ	きゅうり 玉ねぎ		
3 木	節分献立	手巻きちらし	○	油揚げ 卵 のり	米 砂糖 油 ごま	干し椎茸 人参 れんこん かんぴょう さやいんげん	644	795
		つみれ汁		いわし 鶏肉 卵 みそ		しょうが 白菜 人参 ねぎ 小松菜	28.6	35.2
		大豆しゃりしゃり		大豆 青のり	でんぷん 油			
4 金		ハニートースト	○		食パン バター はちみつ		555	680
		ミネストローネ		ベーコン	油 じゃがいも 米粉マカロニ 砂糖	人参 玉ねぎ セロリ トマト	18.3	21.8
		ツナサラダ		まぐろツナ	油 砂糖	キャベツ きゅうり 人参 玉ねぎ		
		はるみ				はるみ		
7 月	ワンダフル給食 	ほうれん草のバターライス	○		米 バター	ほうれん草	668	826
		鶏のトマトクリーム煮		鶏肉 生クリーム	バター 小麦粉 油	玉ねぎ トマト	22.7	27.5
		コーンサラダ		肉	油 三温糖	キャベツ 人参 きゅうり コーン		
8 火		ご飯	○		米		590	725
		あじのさんが焼き		あじ 豚肉 卵 みそ のり		ねぎ しょうが	29.9	36.9
		切干大根のサラダ			ごま油 油 ごま	切干大根 きゅうり 人参 もやし 玉ねぎ		
		みそ汁		わかめ 豆腐 みそ		玉ねぎ ねぎ		
9 水		カツカレー	○	豚肉 チーズ 卵	米 発芽玄米 油 じゃがいも パン粉 小麦粉 バター	にんにく しょうが 人参 玉ねぎ	767	955
		オニオンドレッシングサラダ			ごま油 油 砂糖	キャベツ きゅうり 人参 レモン果汁 玉ねぎ	25.2	30.8
		ショア		ショア				
10 木	初午献立	ごきつねご飯	○	鶏肉 油揚げ	米 油 こんにやく 砂糖	人参 さやいんげん	609	750
		ごま和え			ごま 砂糖	もやし 人参 小松菜	27.5	33.8
		たらのみそ汁		たら 豆腐 みそ	こんにやく	人参 大根 ねぎ		
14 月	バレンタイン 献立	ミートソースパゲッティ	○	豚肉 チーズ	スパゲッティ オリーブ油 油 砂糖	にんにく しょうが セロリ 玉ねぎ 人参 トマト マッシュルーム	777	968
		マセドアンサラダ			じゃがいも 油 砂糖	キャベツ コーン	28.5	35.1
		チョコレートケーキ		卵	バター 砂糖 チョコレート 上新粉			
15 火		ごはん	○		米		605	745
		のりの佃煮		のり ひじき	砂糖		28.4	34.9
		豚肉のすき焼き煮		豚肉 豆腐	油 しらたき 車麩 砂糖	人参 白菜 えのき ねぎ		
		和風サラダ		茎わかめ	油 砂糖 ごま	キャベツ きゅうり 人参 玉ねぎ		
16 水		中華丼	○	豚肉 いか えび なたろう ずら卵	米 油 砂糖 でんぷん ごま油	人参 たけのこ 白菜 玉ねぎ ヤングコーン きくらげ 小松菜	685	849
		パンパンジー		鶏肉	ごま油 砂糖 ごま	大根 人参 きゅうり しょうが ねぎ	28.4	34.9
		フルーツヨーグルト		ヨーグルト	砂糖	みかん缶 バイン缶 もも缶		
17 木		ご飯	○		米		676	837
		コロッケ		豚肉 牛乳	油 じゃがいも バター 小麦粉 パン粉	人参 玉ねぎ	21.7	26.2
		シャキシャキ和え			砂糖 油	切干大根 もやし 小松菜 人参 きゅうり		
		野菜のすまし汁		なると 豆腐		キャベツ 人参 ねぎ		
18 金		きんぴらご飯	○	豚肉	米 油 しらたき 砂糖 ごま ごま油	ごぼう 人参	588	722
		豚汁		豚肉 豆腐 みそ	油 こんにやく じゃがいも	人参 大根 ねぎ	24.4	29.7
		白菜のおかか和え		かつお節	砂糖	白菜 もやし 人参		
21 月		チンジャオロース丼	○	豚肉	米 発芽玄米 油 砂糖	ピーマン にんにく しょうが たけのこ	640	790
		チンゲンサイスープ		鶏肉 豆腐 卵	でんぷん	しめじ ちんげん菜	28.2	34.7
		不知火				しらぬい		
22 火	6年生 校外学習	ご飯	○		米		571	700
		さわらのパン粉焼き		さわら 粉チーズ	パン粉 オリーブ油		23.4	28.4
		糸寒天のごま酢和え		糸寒天	砂糖 ごま	キャベツ 人参 きゅうり 小松菜		
		みそ汁		みそ	じゃがいも	玉ねぎ ねぎ		
24 木	E組 校外学習 9年生 修学旅行	ご飯	○		米		714	886
		ぶりの酢豚風		ぶり	でんぷん 油 じゃがいも 砂糖	しょうが 人参 玉ねぎ たけのこ ピーマン 干し椎茸 トマト	28.2	34.7
		白菜の中華サラダ		八ム	ごま油 砂糖	白菜 もやし きゅうり		
25 金	9年生 修学旅行	中華おこわ	○	鶏肉	米 もち米 ごま油 油 こんにやく 砂糖	しょうが 干し椎茸 たけのこ 人参 グリンピース	598	735
		タンホウタン		ベーコン 卵	油 じゃがいも でんぷん	玉ねぎ 人参 コーン えのき 水菜	21.5	26.0
		ひじきナムル		ひじき	砂糖 ごま ごま油	小松菜 もやし にんにく しょうが		
28 月	ワンダフル給食 	糯恋丼(つまこいどん)	○	鶏肉	米 ごま ごま油 塩こうじ でんぷん 油 砂糖	しば漬け キャベツ もやし ほうれん草 人参 にんにく しょうが	625	771
		桜島大根とベーコンのスープ		ベーコン	バター	大根 小松菜	22.5	27.3
		清見オレンジ				清見オレンジ		

※都合により献立を変更することがありますので、ご承知おください。