


# 2月予定献立表

令和6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	I類*	たんぱく質
1 木		中華おこわ	○	鶏肉	米 もち米 ごま油 油 こんにゃく 砂糖	しょうが 干し椎茸 たけのこ 人参 グリンピース	576	707
		タンホフタン		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	20.7	24.9
		ひじきナムル		めひじき	砂糖 ごま ごま油	小松菜 もやし にんにく しょうが		
2 金	節分献立	大豆じゃこご飯	○	大豆 鶏肉 油揚げ じゃこ	米 油 砂糖	人参 さやいんげん	632	780
		つみれ汁		いわし 鶏肉 みそ 豆腐	でんぷん	しょうが 白菜 人参 ねぎ 小松菜	28.5	35.1
		マカロニきな粉		きな粉	米粉マカロニ 砂糖			
5 月		ご飯	○		米		570	699
		あじのさんか焼き		あじ 豚肉 みそ のり		ねぎ しょうが	28.3	34.8
		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		
6 火	のりの日献立	ご飯	○		米		589	724
		のりの佃煮		のり ひじき	砂糖		26.8	32.8
		豚肉のすき焼き煮		豚肉 焼き豆腐	油 しらたき 車麩 砂糖	人参 白菜 えのき ねぎ		
		糸寒天のごま酢和え		寒天	砂糖 ごま	もやし 人参 きゅうり 小松菜		
7 水		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	634	782
		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	25.8	31.5
8 木		さんびらご飯	○	豚肉	米 油 しらたき 砂糖 ごま ごま油	ごぼう 人参	564	691
		かきたま汁		鶏肉 卵	でんぷん	人参 玉ねぎ ねぎ	23.7	28.8
		カリカリ油揚げのお浸し		油揚げ みそ かつお節	砂糖	もやし 小松菜		
9 金	ワンダフル給食 	鮭ばら寿司	○	鮭 油揚げ ひじき のり	米 砂糖	ごぼう 人参 かんぴょう きゅうり れんこん	633	781
		沢煮椀		豚肉		ごぼう 大根 人参 椎茸 みつば	21.9	26.5
		大学芋		さつまいも 油 砂糖 ごま でんぷん				
13 火	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 グリンピース	677	838
		ABCスープ		ベーコン 鶏肉	油 マカロニ	人参 玉ねぎ キャベツ	21.0	25.3
		カップケーキ		卵 牛乳	小麦粉 砂糖 バター			
14 水		ハヤシライス	○	豚肉	米 油 バター 小麦粉	にんにく 玉ねぎ 人参 セロリ トマト	609	750
		こんにゃくサラダ			こんにゃく 砂糖 ごま油 油 ごま	きゅうり 人参 もやし 玉ねぎ	18.3	21.8
15 木		ご飯	○		米		686	850
		揚げぎょうざ		豚肉	ごま油 でんぷん 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	24.9	30.4
		中華風きゅうり			ごま油 ごま	きゅうり		
		チンゲン菜スープ		鶏肉 豆腐 卵	油 でんぷん	しめじ チンゲン菜		
16 金	8年 プリティッシュ ヒルズ	スタミナ丼	○	豚肉	米 油 でんぷん	しょうが にんにく 玉ねぎ もやし にら 人参	568	696
		みそ汁		生揚げ みそ		えのき もやし ねぎ	23.4	28.4
19 月		ほうとう	○	豚肉 油揚げ みそ	ほうとう	ごぼう 人参 大根 白菜 かぼちゃ ねぎ 小松菜	690	855
		ゆず風味お浸し		かつお節		もやし 人参 白菜 ゆず果汁	26.3	32.2
		豆花		豆乳 きな粉	砂糖 黒砂糖			
20 火		ご飯	○		米		572	702
		千草焼き		鶏肉 卵	油 砂糖	玉ねぎ 人参 干し椎茸 ほうれん草	24.9	30.4
		土佐和え		かつお節	砂糖	キャベツ もやし 人参 きゅうり		
		みそ汁		油揚げ 豆腐 みそ		大根 えのき ねぎ		
21 水		チンジャオロース丼	○	豚肉	米 油 砂糖	ピーマン にんにく しょうが たけのこ	525	641
		中華スープ		豚肉	油	人参 白菜 きくらげ えのき コーン	22.6	27.4
		ジョア		ジョア				
22 木	おでんの日 献立	茶飯	○		米		579	711
		おでん		揚げボール がんもどき つみれ うずらの卵	ちくわぶ こんにゃく じゃがいも	人参 大根	22.8	27.6
		いそ和え		のり かつお節		もやし キャベツ 小松菜		
26 月		ひじきご飯	○	鶏肉 ひじき 油揚げ 大豆	米 油 こんにゃく 砂糖	人参 干し椎茸 グリンピース	568	696
		肉だんごと白菜のスープ		鶏肉 豆腐	でんぷん 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	24.8	30.2
		大根とじゃこのサラダ		じゃこ	油 ごま油 砂糖	大根 きゅうり		
27 火		ご飯	○		米		611	752
		しいらの酢豚風		しいら	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	26.7	32.7
		白菜の中華サラダ		ハム	ごま油 砂糖	白菜 もやし きゅうり		
28 水		親子丼	○	鶏肉 なたと 卵	米 油 しらたき 砂糖 でんぷん	人参 玉ねぎ グリンピース	577	708
		野菜とひじきの和え物		ひじき	油 ごま油	キャベツ きゅうり もやし	23.7	28.8
29 木	ドリーム給食 献立	チキンカレーライス	○	鶏肉 チーズ	米 油 じゃがいも バター 小麦粉	にんにく しょうが 人参 玉ねぎ	686	850
		和風サラダ		荳わかめ	油 砂糖	キャベツ きゅうり 人参 玉ねぎ	19.1	22.8
		フルーツポンチ		砂糖		みかん缶 もも缶 バイン缶 レモン果汁		

※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。