

2月分学校給食予定献立表

【目標】カゼにまけないからだをつくろう

所沢市立富岡小学校

令和7年度

日	曜	献立名	主な食品名				エネルギー kcal	たん白質 g
			黄	赤	緑			
			働く力や熟になる食品	血や骨や肉になる食品	体の調子を整える食品			
2	月	ツイストパン	牛乳	とりにくのマーマレードやきイタリアンサラダマカロニのクリームに	パン、マーマレード、さとう、あぶら、マカロニ、こむぎこ、バター	牛乳、とり肉、チーズ	たまねぎ、にんにく、しょうが、キャベツ、みずな、きゅうり、あかバブリカ、とうもろこし、にんじん、マッシュルーム	594 29.8
3	火	せつぶんこんだて だいすこはん	牛乳	イワシのかばやきひじきのうめマヨサラダすましるる	こめ、もちごめ、さとう、あぶら、かたくりこ、マヨネーズ	だいす、とり肉、あぶらあげ、牛乳、イワシ、ひじき、とうふ、かまぼこ	にんじん、さやいんげん、しょうが、きゅうり、キャベツ、とうもろこし、うめ、みずな、ねぎ	573 25.0
4	水	ごはん	牛乳	ブリのてりやききりぼしだいこんのスタミナ炒めはくさいのみぞしる	こめ、さとう、あぶら	牛乳、ブリ、ぶた肉、あぶらあげ、みそ	しょうが、きりぼしだいこん、にんじん、にら、はくさい、ねぎ	516 25.1
5	木	とこここオーガニックのさつまいも ツナときのこのスパゲッティ	牛乳	キャベツとワインナーのスープキャラメルボテト	スパゲッティ、バター、あぶら、さとう、さつまいも、かたくりこ	ツナ、ベーコン、牛乳、ワインナー	えのき、しめじ、マッシュルーム、エリンギ、たまねぎ、にんじん、キャベツ	573 19.0
6	金	とこここオーガニックのにんじん ごはん	牛乳	とりにくのにんじんソースがけビタミンスティックけんちんじる	こめ、あぶら、マヨネーズ、かたくりこ、さとう、さといも	牛乳、とり肉、みそ、ぶた肉、とうふ、あぶらあげ	しょうが、にんじん、たまねぎ、こんにゃく、だいこん、ごぼう	581 24.0
9	月	6年1組5班がかんがえたこんだて かてめし	牛乳	サバのみそにくきわかめのサラダすましるる	こめ、さとう、かたくりこ、あぶら	あぶらあげ、牛乳、サバ、みそ、くきわかめ、ハム、とうふ	だいこん、にんじん、ごぼう、こんにゃく、しいたけ、さやいんげん、しょうが、ねぎ、キャベツ、みずな、とうもろこし、ほうれん草	523 25.2
10	火	6年1組4班がかんがえたこんだて ちゅうかめん	牛乳	ジャージャーめんのぐしあおじナムルはくさいとだいこんのスープ	ちゅうかめん、さとう、かたくりこ、あぶら	牛乳、ぶた肉、みそ、ハム、とり肉	たまねぎ、にんじん、ねぎ、たけのこ、しいたけ、ににく、しょうが、ごぼう、こまつな、だいだいもやし、はくさい、だいこん	548 27.2
12	木	6年1組6班がかんがえたこんだて うめじゅこごはん	牛乳	ふしげナゲットキャベツのおかかあえわかめとじゃがいものみぞしる	こめ、こま、こむぎこ、あぶら、さとう、じゃがいも	ちりめんじゃこ、牛乳、こうやどうふ、とり肉、かつおぶし、わかめ、あぶらあげ、みそ	うめ、たまねぎ、キャベツ、にんじん	561 26.1
13	金	6年1組6班がかんがえたこんだて ココアあげパン	牛乳	とりにくのレモンソースキャベツとパインのサラダABCトマトスープ	パン、ココア、さとう、あぶら、かたくりこ、マカロニ	牛乳、とり肉、ベーコン	しょうが、レモン、キャベツ、きゅうり、パイン、たまねぎ、にんじん、セロリ、トマト	529 22.4
16	月	6年2組3班がかんがえたこんだて ごはん	牛乳	メカジキのたつたあげひじきとまめのいろいろサラダこまつなえのきのみぞしる	こめ、かたくりこ、あぶら、さとう	牛乳、メカジキ、ひじき、ツナ、だいす、みそ	しょうが、きりぼしだいこん、ほうれん草、にんじん、こまつな、たまねぎ、えのき	536 22.6
17	火	6年2組1班がかんがえたこんだて こどもパンスライス	コーヒー ミルク	てづくりハンバーグ(てりやきソース)ボテトサラダコンソメスープ	パン、パンこ、あぶら、さとう、かたくりこ、じゃがいも、マヨネーズ	コーヒーミルク、ぶた肉、たまご、牛乳、ハム、とり肉	たまねぎ、しょうが、にんじん、きゅうり、とうもろこし、だいこん、ほうれん草	559 24.2
18	水	6年2組3班がかんがえたこんだて ごはん	牛乳	きんさけのしおやきなっとうあえにくだんごのスープ	こめ、さとう、はるさめ	牛乳、ギンサケ、なっとう、かつおぶし、肉だんご	キャベツ、こまつな、もやし、にんじん、ねぎ、しょうが、たけのこ、きくらげ	542 25.7
19	木	6年2組6班がかんがえたこんだて うどん	牛乳	カレーなんばんちくわのいそべあげほうじゅわん	うどん、はちみつ、さとう、あぶら、かたくりこ、こむぎこ、ほうじゅわん	牛乳、ぶた肉、あぶらあげ、ちくわ、あおのり	ほうれん草、にんじん、たまねぎ、ねぎ、しめじ、りんご	551 22.6
20	金	6年1組1班がかんがえたこんだて ごはん	牛乳	とりにくのうめやきとろいもサラダとんじる	こめ、さとう、かたくりこ、さといも、マヨネーズ、あぶら	牛乳、とり肉、ツナ、ぶた肉、とうふ、あぶらあげ、みそ	うめ、にんじん、きゅうり、とうもろこし、だいこん、ごぼう、ねぎ、こんにゃく	535 25.7
24	火	6年1組1班がかんがえたこんだて はちみつパン	牛乳	とりささみフライミネストロトフほうれんそうサラダ	パン、こむぎこ、パンこ、あぶら、じゃがいも、さとう	牛乳、とり肉、ウインナー	キャベツ、たまねぎ、にんじん、セロリ、ににく、トマト、ほうれん草、とうもろこし	593 27.9
25	水	6年1組1班がかんがえたこんだて ごはん	牛乳	サバのみぞれかけかいそうサラダこうやどうふのうまに	こめ、さとう、こま、かたくりこ、あぶら	牛乳、サバ、みそ、とり肉かいそうミックス、ハム、こうやどうふ、あぶらあげ	しょうが、キャベツ、きゅうり、とうもろこし、こんにゃく、にんじん、たまねぎ、たけのこ	579 29.8
26	木	6年1組2班がかんがえたこんだて ちゅうかめん	牛乳	みそラーメンぼてまるくんきゅうりとかぶのオイルづけ	ちゅうかめん、さとう、あぶら、じゃがいも、かたくりこ	牛乳、ぶた肉、わかめ、みそ、チーズ、ハム	はくさい、もやし、にんじん、とうもろこし、ねぎ、にら、ににく、しょうが、ごぼう、かぶ、きゅうり	583 25.0
27	金	6年1組2班がかんがえたこんだて ごはん	牛乳	チーズスタッカルビわかめスープとこここにんじんゼリー	こめ、さとう、さつまいも、トッポギ、あぶら、ごま、にんじんゼリー	牛乳、とり肉、チーズ、みそ、とうふ、わかめ	ににく、しょうが、キャベツ、キムチ、たまねぎ、にんじん、はねぎ	629 24.5
		*材料の入荷の都合により献立が変更になることがありますのでご了承ください。						
		*献立表は、食物アレルギー用の資料ではありません。ご心配な方はお問い合わせください。						
		*この紙が不要になりましたら、「雑がみ」としてお出しください。「雑がみ」は貴重な資源です。						
		*毎日の給食は富岡小学校ホームページに載せてています。ぜひ、ご覧ください。						
							平均栄養量	561 25.1

