




2月分学校給食予定献立表



令和7年度

【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

日	曜	献立名		主 な 食 品 名			エネルギー	たん白質		
				黄	赤	緑	kcal	g		
				働く力や熱になる食品	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 マーメレードやき イタリアンサラダ マカロニのクリームに	パン、マーメレード、 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、 あかパプリカ、とうもろこし、 にんじん、マッシュルーム	594	29.8	
3	せつぶんこんだて		牛乳	イワシのかばやき ひじきのうめマヨサラダ すましじる	こめ、もちこめ、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	
	火	'だいすごはん								
4	水	ごはん	牛乳	プリのてりやき きりぼしだいこんの スタミナ炒め はくさいのみそしる	こめ、さとう、あぶら	牛乳、プリ、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	とことこオーガニックのさつまいも		牛乳	キャベツと ウインナーのスープ キャラメルポテト	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、 ウインナー	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	
	木	ツナときのこの スパゲッティ								
6	とことこオーガニックのにんじん		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	
	金	ごはん								
9	6年1組5班がかんがえたこんだて		牛乳	サバのみそに くきわかめのサラダ すましじる	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	
	月	かてめし								
10	6年1組4班がかんがえたこんだて		牛乳	ジャージャーめんのぐ しおあじナムル 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、にんにく、 しょうが、ごぼう、こまつな、 だいすもやし、はくさい、 だいこん	548	27.2	
	火	ちゅうかめん								
12	木	うめじゃこ ごはん	牛乳	ふしぎナゲット キャベツのおかかあえ わかめと じゃがいものみそしる	こめ、ごま、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	6年1組6班がかんがえたこんだて		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	
	金	ココア あげパン								
16	月	ごはん	牛乳	メカジキのたつたあげ ひじきとまめの いうどりサラダ こまつなと えのきのみそしる	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	6年2組1班がかんがえたこんだて		コーヒ ミルク	てづくりハンバーグ (てりやきソース) ポテトサラダ 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	コーヒーマルク、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	
	火	こどもパン スライス								
18	6年2組3班がかんがえたこんだて		牛乳	ぎんさけのしおやき なつとうあえ にくだんこのスープ	こめ、さとう、はるさめ	牛乳、ギンサケ、なつとう、 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	
	水	ごはん								
19	6年2組6班がかんがえたこんだて		牛乳	カレーなんばん ちくわのいそべあげ ほうじちゃプリン	うどん、はちみつ、さとう、 あぶら、かたくりこ、 こむぎこ、ほうじちゃプリン	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	
	木	うどん								
20	6年1組1班がかんがえたこんだて		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	
	金	ごはん								
24	火	はちみつパン	牛乳	とりささみフライ ミネストポフ 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、にんにく、トマト、 ほうれん草、とうもろこし	593	27.9	
25	水	ごはん	牛乳	サバのみそだれかけ かいそうサラダ こうやどうふのうまに	こめ、さとう、ごま、 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	6年1組2班がかんがえたこんだて		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、 にんにく、しょうが、ごぼう、 かぶ、きゅうり	583	25.0	
	木	ちゅうかめん								
27	金	ごはん	牛乳	チーズタッカルビ わかめスープ とことこにんじんゼリー	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	にんにく、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	
<div><div></div><div><p>* 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掲載しています。ぜひ、ご覧ください。</p></div></div>								平均栄養量	561	25.1