

2月分学校給食予定献立表

令和7年度

【給食目標】かぜにまけないからだをつくろう

所沢市立牛沼小学校

日	曜	献立名		(黄)おもにエネルギーの もとになる食品	(赤)おもに体をつくる もとになる食品	(緑)おもに体の調子を整える もとになる食品	エネルギー kcal	たん白質 g
2	月	しおぶたどん	牛乳	にんじんのごママヨサラダ とうふともずくのスープ		こめ、むぎ、あぶら、ごま、 かたりこ、さとう、マヨネーズ	牛乳、ぶた肉、ツナ、とうふ、とり肉、 もずく	ねぎ、ごぼう、にんにく、はねぎ、 レモン、にんじん、とうもろこし、 たまねぎ、こまつな
3	火	だいすごはん	牛乳	イワシのいそベフライ だいこんとゆずのつけもの おにのすまじる		こめ、もちごめ、さとう、あぶら、 こむぎこ、パンこ	とり肉、あぶらあげ、だいす、牛乳、 イワシ、あおのり、こんぶ、ぶた肉、 とうふ、かまぼこ	にんじん、だいこん、ゆず、こまつな、 ねぎ、しいたけ
6-2 「サクサクジューシー ココアあげパン」 絶対おいしいから残さず食べてね♥								
4	水	ココアあげパン	牛乳	とりにくのしおやき ほうれんそうサラダ キヤロットボタージュ		パン、あぶら、ココア、さとう、 じやがいも、こむぎこ、バター	牛乳、とり肉、ベーコン、 なまクリーム	しょうが、ほうれん草、とうもろこし、 にんじん、たまねぎ
6-2 「好吃 (ハオチーニおいしい)」 ラーメン最高 好吃 中華ラーメンだよ☆								
5	木	ちゅうかめん	牛乳	みそラーメン はるまき ピリからだいこん		ちゅうかめん、ごま、あぶら、 さとう、はるまき	牛乳、ぶた肉、みそ	キャベツ、もやし、にんじん、にら、 ねぎ、にんにく、しょうが、きゅうり、 だいこん
6	金	ごはん	牛乳	とりつくね さといもポテトサラダ かきたま汁		こめ、かたりこ、パンこ、 さとう、さといも、じやがいも、 マヨネーズ	牛乳、とり肉、ハム、たまご	にんじん、ねぎ、しょうが、きゅうり、 たまねぎ、こまつな、しいたけ
6-1 「ハッピーチャム韓国飯」 韓国飯大好きだっぷ!								
9	月	キムチチャーハン	牛乳	ヤンニヨムチキン チャブチエ わかめスープ		こめ、むぎ、あぶら、 かたりこ、さとう、ごま、 はるさめ	ぶた肉、牛乳、とり肉、わかめ、 とうふ	ねぎ、キムチ、ビーマン、しょうが、 にんにく、こまつな、にんじん、 しいたけ、だいすもやし、えのき、 たまねぎ
10	火	ごはん	牛乳	サバのぶんかぼし ほうれんそうのおひたし けんちんじる		こめ、さとう、さといも、あぶら	牛乳、サバぶんかぼし、かまぼこ、 とうふ	ほうれん草、もやし、にんじん、 こんにゃく、だいこん、ごぼう
12	木	むぎごはん	牛乳	イカのガーリックあげ だいこんときゅうりのオイルづけ なまあげチャーサイ		こめ、むぎ、かたりこ、 あぶら、さとう	牛乳、イカ、ぶた肉、なまあげ、みそ	にんにく、だいこん、きゅうり、 にんじん、キャベツ、たまねぎ、 たけのこ、しいたけ、しょうが
6-2 「全米が絶賛 ザ・コロッケ」 コロッケ食べて元気100倍!!								
13	金	こどもパン	牛乳	コロッケ バレンタインサラダ ミネストローネ ココアプリン		パン、やさいコロッケ、あぶら、 さとう、マカロニ	牛乳、かまぼこ、とり肉、 なまクリーム	キャベツ、ブロッコリー、とうもろこし、 たまねぎ、こまつな、にんじん、セロリ、 にんにく、トマト
16	月	ごはん	牛乳	アジフライ キャベツのしおこんぶあえ とうふとこまつなのみそしる		こめ、こむぎこ、パンこ、 あぶら、ごま	牛乳、アジ、しおこんぶ、とうふ、 あぶらあげ、みそ	キャベツ、にんじん、たまねぎ、 こまつな
17	火	むぎごはん	牛乳	チキンカレー れんこんチップサラダ オレンジ		こめ、むぎ、じやがいも、 あぶら、はちみつ、こむぎこ、 バター、かたりこ、さとう	牛乳、とり肉、ハム	にんじん、たまねぎ、しょうが、 にんにく、りんご、れんこん、 キャベツ、ほうれん草、とうもろこし、 オレンジ
18	水	うどん	牛乳	きつねうどん きんぴらごぼう キャラメルボテト		うどん、さとう、あぶら、ごま、 さつまいも、バター、かたりこ	牛乳、ぶた肉、あぶらあげ	にんじん、ねぎ、たまねぎ、 ほうれん草、ごぼう、こんにゃく
19	木	バターロール	コーヒー ミルク	ホキのガーリックトマソース フレンチサラダ ふくややさいのクリームに		パン、あぶら、さとう、 じやがいも、こむぎこ、 バター	コーヒーミルク、ホキ、とり肉、牛乳	しょうが、トマト、たまねぎ、にんにく、 キャベツ、ビーマン、にんじん、 きゅうり、はくさい、かぶ、 ブロッコリー
20	金	なめし	牛乳	とりにくのみそづけやき にんじんのわふうサラダ おでん		こめ、むぎ、さとう、 あおじそドレッシング	牛乳、とり肉、みそ、ハム、 あげポール、ちくわ、がんもどき、 こんぶ、つづらたまご	こまつな、にんにく、にんじん、ごぼう、 こんにゃく、だいこん
24	火	ごはん	牛乳	サケのピりからあげ キャベツのおかかあえ さつまじる		こめ、かたりこ、あぶら、 さとう、ごま、さつまいも	牛乳、サケ、かつおぶし、ぶた肉、 とうふ、あぶらあげ、みそ	しょうが、ねぎ、キャベツ、にんじん、 だいこん、ごぼう、こんにゃく
25	水	スパゲティ ミートソース	牛乳	タコナゲット だいコーニサラダ		スパゲッティ、あぶら、バター、 さとう、ごま	ぶた肉、チーズ、牛乳、タコナゲット	にんじん、たまねぎ、にんにく、トマト、 だいこん、きゅうり、とうもろこし
26	木	さつまいもごはん	牛乳	メヌケのさきょうやき こまつなのはいあえ こうやどうふのそぼろに		こめ、もちごめ、さつまいも、 ごま、さとう、あぶら、かたりこ	牛乳、メヌケさきょうづけ、のり、 ぶた肉、こうやどうふ	こまつな、もやし、にんじん、 こんにゃく、たまねぎ、しいたけ、 たけのこ
27	金	ごぼうビラフ	牛乳	ひばりあげ ブロッコリー(マヨネーズ) コンソメスープ ことここにんじんゼリー		こめ、むぎ、あぶら、こむぎこ、 パンこ、マヨネーズ、 じやがいも、 ことここにんじんゼリー	ハム、牛乳、とり肉、ベーコン	ごぼう、たまねぎ、にんじん、しょうが、 ブロッコリー、キャベツ、こまつな、 セロリ

* 材料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。献立についての質問がありましたら、牛沼小 栄養士 (TEL: 2995-3151)までご連絡ください。

太字は、



「ことこ
オーガニック」やさいです

月平均

578

25.6