



家庭数  
令和7年度



とここ  
オーガニックの  
にんじんと  
さつまいも

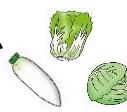
山田さんの  
さつまいも

## 2月分学校給食予定献立表

【給食目標】 力ゼに負けない体をつくろう



森田さんの  
はくさいと  
だいこんと  
キャベツ



河口さんのこまつな



見瀬さんの  
ほうれんそう

所沢市立柳瀬小学校

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	たん白質	
							kcal	g	
2	月	わかめごはん	牛乳	サケフライ きりぼしだいこんのハリハリづけ じゃがいものそぼろに	ごめ、ごま、ごむぎこ、 パンこ、あぶら、 じゃがいも、さとう、 かたくりこ	牛乳、わかめ、ギンサケ、 ハム、ぶた肉	きりぼしだいこん、きゅうり、 もやし、たまねぎ、にんじん、 しらたき、しいたけ、いんげん	693	30.2
3	火	節分献立 だいすごはん	牛乳	メ又ケさいきょうやき こまつなごまあえ すまじる	ごめ、もちごめ、あぶら、 さとう、こま	牛乳、とり肉、だいず、 あぶらあげ、かまぼこ、 メ又ケさいきょうづけ、 とうふ	にんじん、さやえんどう、 ★ごまつな、もやし、えのきだけ、 チングンサイ、ねぎ	491	25.6
4	水	ピピンパ	牛乳	くきわかめのスープ いちご(2コ)	ごめ、むぎ、あぶら、 さとう、かたくりこ、 ごま、はるさめ	牛乳、ぶた肉、みそ、 くきわかめ、とうふ	にんにく、しょうが、★ごまつな、 もやし、にんじん、ねぎ、いちご	528	26.5
5	木	かんとんめん	牛乳	◎手づくりジャンボぎょうざ ビリカラきゅうり	ちゅうかめん、あぶら、 さとう、かたくりこ、 きょうざのくわ、ごむぎこ	牛乳、ぶた肉、エビ、 なると	にんじん、チングンサイ、 ★ねくさい、たまねぎ、だけのこ、 きくらげ、しょうが、にんにく、 ★キーパツ、にら、きゅうり	624	33.5
6	金	ツイストパン	牛乳	とり肉とじゃがいものスープに やきワインナー ツナサラダ ヨーグルト	パン、あぶら、 じゃがいも、さとう	牛乳、とり肉、ツナ ワインナー、ヨーグルト	たまねぎ、にんじん、しめじ、 にんにく、きゅうり、★キーパツ、 とうろこし	730	34.3
9	月	ごはん	牛乳	カツオのごまだれかけ はくさいのしおこんぶあえ せんべいじる	ごめ、かたくりこ、 あぶら、さとう、ごま、 なんぶせんべい	牛乳、カツオ、みそ、 こんぶ、とり肉	しょうが、★はくさい、きゅうり、 にんじん、しらたき、★だいこん、 ねぎ、★ごまつな	570	27.8
10	火	きなこ あげパン	牛乳	肉だんごとはくさいのクリームに ブロッコリーのガーリックソース シーキューサーザリー	パン、あぶら、さとう、 ごむぎこ、バター、ゼリー	牛乳、きなこ、肉だんご、 チーズ	にんじん、たまねぎ、★はくさい、 マッシュルーム、ブロッコリー、 にんにく	596	21.5
12	木	ねぎしお ぶたどん	お茶	あげごぼうのごまだれかけ すいとん	ごめ、むぎ、あぶら、 さとう、ごま、すいとん、 かたくりこ、じゃがいも	ぶた肉、とり肉、 あぶらあげ	お茶、ねぎ、にんにく、たまねぎ、 しめじ、にら、レモン果汁、 ごぼう、にんじん、★だいこん	634	26.6
13	金	ミートソース スパゲティ	牛乳	コールスローサラダ 手づくりココアプリン	スパゲッティ、あぶら、 さとう、パンこ	牛乳、ぶた肉、チーズ、 生クリーム	にんにく、にんじん、たまねぎ、 トマト、★キーパツ、きゅうり、 とうろこし	645	28.1
16	月	むぎごはん	牛乳	マーポーどうふ あげエビパオズ(2コ) キャベツのちゅうかサラダ	ごめ、むぎ、あぶら、 さとう、かたくりこ	牛乳、ぶた肉、とうふ、 エビパオズ	にんじん、ねぎ、だけのこ、にら、 しいたけ、しょうが、にんにく、 きゅうり、★キーパツ、 とうろこし	630	26.8
17	火	ライス ポールパン	牛乳	マダイのマヨネーズやき ほうれんそうとコーンのサラダ コンソメスープ	パン、マヨネーズ、 あぶら、さとう	牛乳、マダイ、チーズ、 とり肉	たまねぎ、しいたけ、きゅうり、 ★ねうれんそう、とうろこし、 にんじん、★キーパツ、しめじ、 セロリ	592	27.8
18	水	たてわり給食 小江戸チキン カレーライス	牛乳	プロッコリーサラダ ヨーグルト	ごめ、むぎ、あぶら、 ★さつまいも、ごむぎこ、 バター、さとう	牛乳、とり肉、ヨーグルト	★にんじん、たまねぎ、★ごまつな、 しょうが、にんにく、りんご、 プロッコリー、★キーパツ、 とうろこし	623	24.0
19	木	きつねうどん	牛乳	さつまいもむしパン チキンサラダ	うどん、あぶら、さとう、 むしパンミックス、 ★さつまいも	牛乳、ぶた肉、とり肉、 あぶらあげ	★にんじん、たまねぎ、ねぎ、 ★ごまつな、★ねうれんそう、 きゅうり、もやし	556	24.7
20	金	オムライス	牛乳	ハムときゅうりのサラダ ABCスープ みかんゼリー	ごめ、むぎ、バター、 あぶら、さとう、 マカロニ、ゼリー	牛乳、とり肉、ハム、 オムライス用たまご	トマト、★にんじん、たまねぎ、 ピーマン、にんにく、きゅうり、 もやし、★キーパツ、セロリ	524	22.6
24	火	ナン	牛乳	カレーピーンズ じゃがいもくん やさいサラダ	ナン、じゃがいも、 かたくりこ、あぶら、 さとう、パンこ	牛乳、チーズ、ハム、 ぶた肉、ベーコン、 だいず	きゅうり、★キーパツ、たまねぎ、 とうろこし、にんじん、トマト	684	27.4
25	水	こまツナ ごはん	牛乳	チキンカツ ひじきサラダ フルーツポンチ	ごめ、むぎ、あぶら、 ごむぎこ、パンこ、 さとう、ごま、ゼリー、 水あめ	牛乳、ツナ、とり肉、 ひじき、ハム	にんじん、たまねぎ、★ごまつな、 もやし、★キーパツ、もも、 りんご、パイ	613	28.3
26	木	ごはん	牛乳	サバのうめみそやき なつとうあえ さきまつり	ごめ、さとう、あぶら、 ★さつまいも	牛乳、サバ、みそ、 なつとう、かつおぶし、 ぶた肉、あぶらあげ	うめ、★キーパツ、もやし、 にんじん、★だいこん、ねぎ	591	29.3
27	金	ブルコギどん	牛乳	わかめサラダ チングンサイスープ りんごゼリー	ごめ、むぎ、あぶら、 さとう、はるさめ、 かたくりこ、ゼリー	牛乳、ぶた肉、わかめ、 とり肉、とうふ	ねぎ、にんにく、とうろこし、 たまねぎ、にんじん、ピーマン、 ★キーパツ、きゅうり、しょうが、 にら、チングンサイ、えのきだけ	593	26.0
18回		<p>★星マークの野菜は所沢産を使用しています。 18日(水)~20日(金)に使用する人參とさつまいもはとここオガーニックです。 5日(木)◎マークの献立名はリクエスト給食です。楽しみにしてください。</p>				平均栄養量	607	27.3	

※ 献立は材料の関係で変更になる場合もあります。

※ 献立表は食物アレルギー用の資料ではありませんので、使用されている食品がすべて書かれているわけではありません。

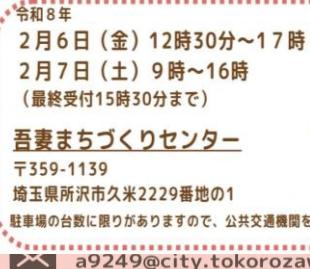
※ ご心配な方はお問い合わせください。(柳瀬小学校 TEL 04-2944-0742)

※ 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。

## 学校・家庭・地域で広げよう! 食の輪 学校給食展

主催 所沢市学校食育研究会 所沢市教育委員会

お問い合わせ 保健給食課 04-2998-9249



- 児童生徒の作品
- 学校給食の歴史
- 給食で使用する器具の展示
- 給食センター・学校の  
おすすめ献立

他にも...

- 大釜のかき混ぜ体験
- クイズラリーなど

クイズに正解すると  
景品プレゼント♪

会場に空调設備がありませんので、  
温かい服装でご来場ください。

