



家庭数

2月予定献立表

《今月のめあて》

わだいをかんがえ、たのしいしょくじにしよう！



平成30年度

給食回数 19 回

武蔵野市立本宿小学校

日 曜	こんだて	牛乳	つかうもの(材料)			コメント	ランチルーム
			体をつくる(あか)	力や熱となる(き)	体の調子をととのえる(みどり)		
1 金	まめまめおこわ すましじる いわしのかばやき おんやさい みかん		たいず あおだいず とうふ なまわかめ けずりぶし いわし やきぶた	しちぶまい もちごめ あぶら ごま でんぶん こむぎこ さとう	はくさい にんじん ながねぎ しょうが こまつな キャベツ みかん	1日(金) 【節分メニュー】 まめまめおこわ 2種類の大豆を使っ て、おこわを炊きま す。	
4 月	セルフサンド(てりやきチキン) ABCスープ さつまいもとりんごのかさねに	○	とりにく ぶたにくとりがら ぎゅうにゅう	パン さとう でんぶん じゃがいも マカロニ あぶら さつまいも バター	しょうが キャベツ たまねぎ にんじん コーン こまつな セロリ にんにくりんご レモン ほしぶどう		
5 火	あぶらあげずし わかたけじる さわらのゆずふうみやき おんやさい ヨーグルト		こんぶ あぶらあげ とうふ なまわかめ けずりぶし さわら やきぶた ヨーグルト	はくまい あぶら さとう ごまあぶら	にんじん ほししいたけ ごぼう いんげん ながねぎ たけのこ ゆずかじゅう はくさい もやし こまつな		1-1 3-2
6 水	いためうどん がんもどきとこんにやくのもの じゃがいもとベーコンのつつみあげ	○	ぶたにく がんもどき けずりぶし ベーコン スキムミルク ぎゅうにゅう	あぶら ごまあぶら こんにやく さとう ぎょうざのかわ じゃがいも バター こむぎこ	キャベツ にんじん たまねぎ チンゲンサイ しょうが にんにく こまつな	●月平均栄養価● エネルギー 630kcal たんぱく質 26.5g 脂 肪 21.7g	1-2 3-1
7 木	おやこどん みそじる ごもくきんびら	○	とりにく たまご けずりぶし なまわかめ みそ ぎゅうにゅう	しちぶまい むぎ あぶら さとう むかごこんにやく ごまあぶら	たまねぎ ほししいたけ こまつな キャベツ ながねぎ ごぼう れんこん にんじん いんげん		
8 金	キーマカレー やさいソテー ぼんかん	○	ぶたにく ヨーグルト ぎゅうにゅう	しちぶまい むぎ あぶら さとう こむぎこ バター ごまあぶら	ほしぶどう たまねぎ セロリ にんにく しょうが にんじん りんご ホールトマト もやし キャベツ ピーマン ぼんかん		
12 火	ピザホットサンド コーンシチュー はるさめとだいいんのソテー	○	ベーコン チーズ ぶたにく ぎゅうにゅう スキムミルク とりがら なまクリーム	パン じゃがいも あぶら こむぎこ バター はるさめ ごまあぶら	たまねぎ ピーマン もやし クリームコーン にんじん キャベツ セロリ だいいん こまつな にんにく しょうが		2-2 5-1
13 水	れんこんごはん すましじる さけのさざれやき いりどり		あぶらあげ ちりめんじゃこ はんぺん けずりぶし とりにく	しちぶまい あぶら さとう でんぶん マヨネーズ なまパンこドライパンこ さといも こんにやく	れんこん ながねぎ こまつな たけのこ ごぼう にんじん いんげん		
14 木	わふうスパゲティ とりのカレーあげまたは とりのいそべあげ きりほしだいのしいたけのもの はちじょうじまのあしたばパンケーキ またはチョコレートケーキ	○	ぶたにく ベーコン とりにく たまご ぎゅうにゅう	スパゲッティ あぶら バター こむぎこ ごまあぶら さとう あまなっとう	たまねぎ にんじん ピーマン キャベツ しめじ しょうが にんにく きりほしだいいん もやし こまつな	14日(木) リザーブ給食 子どもたちに、自分 が食べた主菜とデザ ートを事前に選ん でもらいます。	
15 金	あげいりガーリックチャーハン やさいスープ にくだんごのもちごめむし ひじきのいためもの	○	あぶらあげ とりがら ぶたにく たまご スキムミルク ひじき とりにく ぎゅうにゅう	しちぶまい むぎ バター あぶら でんぶん ごまあぶら さとう もちごめ	にんにく ながねぎ パセリ はくさい にんじん たまねぎ こまつな セロリ しょうが		
18 月	しよくパン てづくりりんごバタージャム なのはなのホワイトシチュー やさいのピリカラいため	○	とりにく とりがら ぎゅうにゅう スキムミルク さつまいあげ なまクリーム	パン さとう バター じゃがいも あぶら こむぎこ ごまあぶら	りんご レモン たまねぎ にんじん セロリ なのはな キャベツ チンゲンサイ		
19 火	けいはん いかのユージンソースがけ だいずのちゅうかいため	○	とりにく たまご とりがら のり いか あおだいず ぎゅうにゅう	しちぶまい あぶら さとう でんぶん ごまあぶら	にんじん ほししいたけ ながねぎ しょうが たまねぎ たけのこ ピーマン		
20 水	とうにゅういりはなまき にくみそ ぞうすい ビーフンのきんびら	○	とうにゅう ぶたにく みそ たまご あぶらあげ けずりぶし ぎゅうにゅう	こむぎこ さとう あぶら ごまあぶら でんぶん しちぶまい ビーフン	ほししいたけ たまねぎ いら ながねぎ たけのこ しょうが にんじん チンゲンサイ ごぼう もやし こまつな	2-1 5-2	
21 木	みそつけめん なまあげのもの きんときまめのあまに	○	ぶたにく みそ とりがら けずりぶし なまあげ きんときまめ ぎゅうにゅう	ちゅうかめん ごまあぶら ごま さとう でんぶん	キャベツ もやし たけのこ にんじん こまつな コーン ながねぎ にんにく しょうが マッシュルーム	6年生 リクエストメニュー 2月、3月で6年生が リクエストしたメ ニューが登場します。	4-1 6-2
22 金	ハヤシライス ポイルやさい わふうドレッシング	○	ぶたにく とりがら わかめ ぎゅうにゅう	しちぶまい むぎ あぶら さとう こむぎこ バター	たまねぎ にんじん マッシュルーム セロリ はくさい もやし こまつな	今月... 14日(木) 明日葉パンケーキ チョコレートケーキ 19日(火) 鶏飯 21日(木) みそつけめん 28日(木) 鶏のもも焼き ジュース	
25 月	フィッシュバーガー (さかなのフライ・キャベツソテー) ポトフ りんご	○	メルルーサ ぶたにく とりがら けずりぶし こんぶ ぎゅうにゅう	パン こむぎこドライパンこ なまパンこ あぶら じゃがいも	キャベツ ピーマン たまねぎ にんじん セロリ にんにく こまつな りんご		
26 火	ごはん こうみスープ うどのつくねやき ごぼうのおんやさい	○	ぶたにく とりがら とりにく スキムミルク ぎゅうにゅう	しちぶまい あぶら ごまあぶら なまパンこ さとう でんぶん ごま	はくさい もやし たけのこ ながねぎ にんじん こまつな しょうが にんにく とう たまねぎ ごぼう	4-2 6-1	
27 水	ゆでうどんカレーあんかけ だいいんとあぶらあげのもの さつまいもだいずのかりんとうあげ	○	ぶたにく とりがら けずりぶし こんぶ たまご あぶらあげ だいず ぎゅうにゅう	なまうどん あぶら でんぶん さとう さつまいも	キャベツ はくさい たまねぎ にんじん ほししいたけ ながねぎ いら にんにく だいいん いんげん	28日(木) 6年生お祝い会食会 (お別れバイキング 給食) ランチルームで会食 します。	
28 木	トマトライス コンソメスープ とりのももやき やさいソテー みかんジュース		ベーコン とりがら とりにく	しちぶまい むぎ バター あぶら	パセリ キャベツ たまねぎ にんじん こまつな コーン みかんジュース		

※材料は全てを表示しているわけではありません。

献立は都合により変更される事もあります。