



# 2月予定献立表



《今月のめあて》

## 2月 あか・き・みどりを いしきてたべよう

令和3年度 2月

給食回数 18 回

武蔵野市立桜野小学校

日 曜	こんだて	牛乳等	つかうもの(材料)			コメント
			体をつくる(あか)	力や熱となる(き)	体の調子をとのえる(みどり)	
1 火	わかめごはん けんちんじる さけのゆであんやき じゃがいものきんぴら	○	わかめ とりにくかつおぶし こんぶ さけ ぎゅうにゅう	こめ こめつぶむぎ ごまあぶら こんにやく さとう あぶら じゃがいも	ごぼう にんじん えのきたけ だいこん ながねぎ ゆず	☆3日 節分献立 節分では、豆をまいたり、柊の枝にいわしの頭をさして門にたてたりして、邪気を払う習慣もあります。給食では、イワシのかば焼きと豆豚汁を出します。
2 水	カレーうどん あつあげどうふのもの まっちゃパンケーキ	○	とりにく あぶらあげ かつおぶし こんぶ なまあげ ぶたにく ぎゅうにゅう とうにゅう たまご	うどん でんぶ あぶら さとう こむぎこ パター あまなつとう	ほしいたけ たまねぎ にんじん ながねぎ さやいんげん きりほしだいこん	
3 木	☆【節分献立】 むぎごはん いわしのかばやき まめとんじる もやしとほうれんそうソテー	○	いわし ぶたにく だいず なまあげ みそ かつおぶし こんぶ とりにく ぎゅうにゅう	こめ こめつぶむぎ でんぶ こむぎこ あぶら さとう こんにやく	しょうが にんじん ながねぎ ごぼう もやし ほうれんそう ホールコーン	
4 金	☆【冬のオリンピック献立】 マーボーどうふどん やさいとちくわのソテー フルーツミックス	○	とうふ ぶたにく だいず みそ ちくわ ぎゅうにゅう	こめ こめつぶむぎ ごまあぶら さとう でんぶ こんぶ	ながねぎ たけのこ にんじん ほしいたけ にんにく しょうが キャベツ きくらげ こまつな ホールコーン ミックスフルーツ	☆4日冬のオリンピック開幕 北京で冬のオリンピックが行われます。中国ということで中華料理の麻婆豆腐丼にしました。そしてちくわのソテーは、五輪をイメージしています。
7 月	あわごはん ☆あいうえみそしる チキンカツソースかけ おんやさい	○	あぶらあげ みそ かつおぶし こんぶ とりにく かまぼこ ちりめんじゃこ ぎゅうにゅう	こめ もちあわ さといも おふ こむぎこ パンこ あぶら さとう	うど えのきたけ こまつな にんじん はくさい	
8 火	みそバターコーンラーメン(つけめん) あおのりビーンズ みかん	○	ぶたにく みそ とりがら ぶたがら かつおぶし こんぶ だいず あおのり ぎゅうにゅう	むしちゅうかさぼ ごま さとう ごまあぶら パター じゃがいも でんぶ あぶら	もやし キャベツ にんじん ホールコーン ながねぎ にら にんにく しょうが みかん	
9 水	ココアカップパン ポトフ ささみのつけやき マカロニとベーコンソテー	○	レバーソーセージ とりがら とりにく ベーコン ぎゅうにゅう	パン じゃがいも あぶら さとう でんぶ マカロニ	たまねぎ にんじん キャベツ こまつな セロリ にんにく しょうが ブロッコリー	☆3年生が考えたみそ汁 7日3-3「あいうえ味噌汁」 15日3-2「冬に温まる魔法のみそ汁」 22日3-4「THEみそ汁」 3年生は、国語の授業で「姿を変える大豆」を勉強しました。その授業に関連付けて、みそ汁の具材・名前を子どもたちが考えてくれました。※3-1 3-5のみそ汁は3月にします。
10 木	さんしょごはん もずくのすましじる りんご	○	とりにく だいず たまご もずく かつおぶし こんぶ ぎゅうにゅう	こめ こめつぶむぎ さとう あぶら	さやいんげん もやし ながねぎ にんじん しょうが はくさい りんご	
14 月	スパゲティミートソース ベジタブルソテー チョコチップスコーン	○	ぶたにく ベーコン スキムミルク たまご ぎゅうにゅう	スパゲティ あぶら さとう こむぎこ パター ココア チョコ	たまねぎ にんじん ビーマン にんにく しょうが セロリ トマトピューレ ホールトマト キャベツ もやし ブロッコリー	
15 火	まめまめごはん ☆ふゆにあたままるまほうのみそしる さばのしおこうじやき いりどり	○	だいず ベーコン ぶたにく あぶらあげ わかめ とうふ みそ かつおぶし こんぶ さば とりにく ぎゅうにゅう	こめ こめつぶむぎ あぶら さとう さとう	たまねぎ ホールコーン にんじん ごぼう きりほしだい こんぶ さやいんげん ほしいたけ	
16 水	ごもくチャーハン ちゅうかスープ ☆あげぎょうざ	○	やきぶた とうふ とりにく とりがら ぶたにく ぎゅうにゅう	こめ こめつぶむぎ あぶら さとう ごまあぶら ぎょうざのかわ こむぎこ	にんじん ながねぎ ほしいたけ しょうが にんにく もやし えのきたけ こまつな キャベツ にら	
17 木	パン キャベツソテーレバーソーセージ ホワイトシチュー しろいんげんたまめりんごあまに	○	ウインナー とりにく とりがら ぎゅうにゅう なまクリーム しろいんげんたまめ	パン さとう あぶら じゃがいも こむぎこ パター	キャベツ にんじん たまねぎ セロリ りんご	
18 金	ぶたにくのやながわどん きりほしだいこんのすましじる りんご	○	たまご ぶたにく かつおぶし こんぶ とうふ ぎゅうにゅう	こめ こめつぶむぎ あぶら さとう でんぶ	ごぼう たまねぎ さやいんげん きりほしだいこん にんじん ながねぎ こまつな えのきたけ りんご	☆16日揚げ餃子 手作り餃子です。直径13cmの大きな皮にお肉を包み、油で揚げます。約1000個作ります。子どもたちにも人気のメニューです。
21 月	にくみそライス ちゅうかスープ しめじとこまつなのナムル	○	ぶたにく みそ とりがら とうふ ほたてがい ぎゅうにゅう	こめ こめつぶむぎ ごまあぶら さとう でんぶ こんぶ	ほしいたけ たけのこ たまねぎ ながねぎ にんじん しょうが はくさい しめじ えのきたけ こまつな	
22 火	こうやどうふごはん ☆THEみそしる まめつこつくね おんやさい	○	こんぶ こうやどうふ ひじき わかめ とうふ あぶらあげ みそ かつおぶし とりにく あおだいず ちりめんじゃこ ぎゅうにゅう	こめ もちこめ あぶら さとう マヨネーズ でんぶ こんぶ ぎょうざ	ほしいたけ にんじん ながねぎ たまねぎ ホールコーン はくさい もやし こまつな	☆24日25日展覧会献立 展覧会の「つながる」をテーマにした献立です。 24日 市内農家さんの思いをつなげる 25日 つながる献立 つな...ツナ ガ...ガーリックライス る...ルーミアのスープ 武蔵野市では、市内産野菜を多く使用しています。生産者の方の思いもつなげていきます。
24 木	☆【展覧会献立】 むぎごはん いかのからあげねぎソース わふうスープ ひじきに	○	いか とりにく わかめ かつおぶし こんぶ ひじき ベーコン ぎゅうにゅう	こめ こめつぶむぎ でんぶ あぶら こんぶ さとう ごまあぶら	ながねぎ にんじん だいこん はくさい えのきたけ ホールコーン さやいんげん	
25 金	☆【展覧会献立】 ガーリックライス チョルパ てりやきチキン ツナとやさいのソテー	○	とりにく とりがら ツナ ぎゅうにゅう	こめ もちあわ あぶら マカロニ さとう でんぶ	にんじん にんにく パセリ たまねぎ キャベツ さやいんげん トマトピューレ レモン しょうが もやし こまつな	
28 月	あわごはん のっぺいじる あつやきたまご きりほしだいこんに	○	とりにく とうふ かつおぶし こんぶ たまご あぶらあげ ぎゅうにゅう	こめ もちあわ こんにやく でんぶ さとう ごまあぶら あぶら	かんぴょう にんじん ごぼう ながねぎ こまつな たまねぎ きりほしだいこん さやいんげん ほしいたけ	

牛乳らん ○...牛乳

月平均栄養価 エネルギー 606kcal たんぱく質 27.1g 脂質 21.9g

※材料は全てを表示しているわけではありません。

財団YouTubeチャンネルを開設しています。是非、ご視聴ください。



【6年生リクエストメニュー】

8日みそバターコーンラーメン  
16日揚げ餃子

