



2月予定献立表

《今月のめあて》

なんでもたべて じょうぶなからだをつくらう



「うどん」
(武蔵野市の
特産品)



リクエスト

令和5年度 2月

給食回数

18 回

武蔵野市立第五小学校

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 木	むぎごはん さつまじる コーンのやきメンチ きりほしだいこんに	○	ぶたにくなまあげ みそ かつおぶし おから あぶらあげ ぎゅうにゅう	こめ こめつぶむぎ さつまいも こんにやく あぶら パンこ こむぎこ さとう	にんじん ながねぎ こまつな ホールコーン たまねぎ れんこん きりほしだいこん	2日(金) 節分献立 2月3日、節分は「立春」の前日のことで、季節を分ける節目の日です。豆まきをして鬼(邪気)をはらい、いわしのにおいで鬼を近づけないようにする風習があります。 
2 金	いわしのかばやきどん けんちんじる ごもくまめ	○	いわし とりにく かつおぶし こんぶ だいず ぎゅうにゅう	こめ こめつぶむぎ でんぶん こむぎこ あぶら さとう さとも ごまあぶら こんにやく	しょうが だいこん にんじん ごぼう ながねぎ ほししいたけ	
5 月	むぎごはん とんじる さばのしおやき あおなとのりにびたし	○	ぶたにく あぶらあげ みそ かつおぶし さば のり ぎゅうにゅう	こめ こめつぶむぎ さとも こんにやく あぶら さとう	だいこん ごぼう にんじん ながねぎ こまつな ほうれんそう はくさい	
6 火	フレンチトースト ポトフ カスレ いちご	○	ぎゅうにゅう たまご ぶたにく とりがら ぶたがら こんぶ レバーソーセージ とりにく しろいんげんまめ	パン さとう パター じゃがいも あぶら こむぎこ	たまねぎ にんじん キャベツ ほうれんそう セロリ にんにく マッシュルーム ホールトマト パセリ いちご	
7 水	にくもりうどん(うどん・つけじり ・かてやさい) ささみカツ きんときまめあまに	○	ぶたにく かつおぶし とりにく きんときまめ ぎゅうにゅう	うどん さとう こむぎこ パンこ あぶら でんぶん	もやし しょうが ながねぎ こまつな だいこん にんじん	
8 木	ケチャップライス いりたまご コンソメスープ キャベツとコーンのソテー	○	レバーソーセージ たまご とりにく とりがら ぶたがら ベーコン ぎゅうにゅう	こめ こめつぶむぎ あぶら じゃがいも	たまねぎ マッシュルーム にんじん はくさい プロックリー キャベツ ホールコーン ほうれんそう	
9 金	じゃーじゃんどうぶどん はるさめスープ じゃがいものてりに	○	なまあげ ぶたにく みそ とりがら ぶたがら とりにく 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 でんぶん はるさめ ごま じゃがいも こんにやく	ながねぎ にんじん たまねぎ しょうが こまつな	
13 火	ペペロンチーノ(レモン) ソーセージポトフ ポイルやさい イタリアンドレッシング いちご	○	ベーコン レバーソーセージ とりがら ぶたがら ぎゅうにゅう	スパゲッティ オリーブあぶら あぶら さとう じゃがいも	たまねぎ ほうれんそう にんにく とうがらし レモン キャベツ にんじん セロリ パセリ こまつな ホールコーン いちご	
14 水	セルフサンド(コッペパン) コリコリサンドぐ カレースープ さといものグラタン	○	ぶたにく だいず みそ しろいんげんまめ レバーソーセージ とりがら ぶたがら とりにく ぎゅうにゅう なまクリーム チーズ	パン あぶら さとう でんぶん じゃがいも さとも こむぎこ パター パンこ	ごぼう たまねぎ にんじん キャベツ ながねぎ マッシュルーム こまつな にんにく しめじ	
15 木	やきぶたみそチャーハン ビーフンスープ かぶのにびたし みかん	○	ぶたにく みそ かまぼこ とりにく なまあげ かつおぶし こんぶ あぶらあげ ぎゅうにゅう	こめ あぶら さとう ビーフン でんぶん	しょうが にんにく セロリ ながねぎ にんじん ほうれんそう かぶ かぶのは こまつな みかん	
16 金	ピピンパ(むぎごはん・やさい ・にくみそ) わかめスープ じゃがいものじゃこおろしに	○	ぶたにく だいず みそ わかめ とりにく とりがら ぶたがら ちりめんじゃこ ぎゅうにゅう	こめ おしむぎ さとう あぶら ごまあぶら でんぶん ごま じゃがいも	だいずもやし こまつな にんじん にんにく しょうが たまねぎ だいこん	
20 火	みそつけめん にぶたメンマチャーシュー みかん	☺	ぶたにく わかめ ほたてが い みそ とりがら ぶたがら ヨーグルト	むしちゅうかさば あぶら ごまあぶら ごま さとう	にんにく しょうが にんじん キャベツ だいずもやし ながねぎ ホールコーン こまつな たけのこ みかん	
21 水	むぎごはん みそしる ほうぎょうぎ チャブチェ	○	なまあげ みそ かつおぶし こんぶ ぶたにく だいず ぎゅうにゅう	こめ こめつぶむぎ ぎょうざのかわ でんぶん ごまあぶら あぶら はるさめ さとう ごま	はくさい ほうれんそう にんじん ながねぎ ほししいたけ しょうが にんにく たまねぎ いら	
22 木	カレーライス ふくじんつけソテー ポイルやさい わふうドレッシング フローズンヨーグルト	○	ぶたにく とりがら ぶたがら ちりめんじゃこ フローズンヨーグルト ぎゅうにゅう	こめ おしむぎ じゃがいも こむぎこ あぶら さとう こんにやく ごまあぶら でんぶん	にんじん たまねぎ セロリ しょうが にんにく ふくじんつけ キャベツ こまつな ホールコーン	
26 月	みなみうおめまごはん よしのじる さわらのてりやき ひじきのあまからいため	○	とうふ ほたてが い かつおぶし こんぶ さわら ひじき ぶたにく ぎゅうにゅう	こめ でんぶん さとう あぶら こんにやく	だいこん ほうれんそう にんじん えのきたけ こまつな ながねぎ キャベツ しょうが	
27 火	きんときまめのおこわ みそしる とりのからあげ うどのきんぴら	○	きんときまめ みそ かつおぶし とりにく ぎゅうにゅう	もちこめ さとう ごま でんぶん こむぎこ あぶら こんにやく ごまあぶら	きりほしだいこん なら ながねぎ にんじん にんにく しょうが うど ごぼう ほうれんそう	
28 水	あげパン(きなこ) ABCスープ チリコンカン いちご	○	きなこ とりにく とりがら ぶたがら きんときまめ ぶたにく ぎゅうにゅう	パン あぶら さとう パスタ	はくさい にんじん たまねぎ プロックリー セロリ マッシュルーム にんにく ホールトマト いちご	
29 木	スパゲッティミートソース フライドポテト みかん	○	ぶたにく だいず ぎゅうにゅう	スパゲッティ あぶら さとう こむぎこ じゃがいも でんぶん	たまねぎ マッシュルーム にんじん セロリ にんにく トマトジュース ホールトマト みかん	



★6年生リクエスト給食★
↓↓

6日(火)フレンチトースト

7日(水)ささみカツ

14日(水)さといものグラタン

20日(火)ヨーグルト

22日(木)ポイル野菜、
フローズンヨーグルト

26日(月)
南魚沼ごはん

28日(水)あげパン、
ABCスープ

29日(木)フライドポテト

残り、6年生の五小で食べる給食も数えるほどしかないですね。最後まで楽しんでほしいと思います。

五小ホームページ
『給食献立』



☆(ほぼ)毎日更新☆
『献立写真』掲載しています。
食に関してのコメントも有ります。

月平均栄養価 エネルギー 612kcal たんぱく質 27.1g 脂質 22.5g
牛乳らん ○…牛乳 ヨ…ヨーグルト

※材料は全てを表示しているわけではありません。