



2月予定献立表

《今月のきゅうしょくもくひょう》

あか・き・みどりを いしきてたべよう



「うどん」 とくさんひん
(武蔵野市の特産品)

令和6年度 2月

給食回数 17 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)	体の調子をととのえる(みどり)	
3	月	うめじゃごはん すましじる まめつこつくね あおなとわかめのにびたし	○	こんぶ ちりめんじゃことうふ かつおぶし とりにく だいず みそ わかめ ぎゅうにゅう	こめ あぶら ごま ごまあぶら でんぶん さとう	しょうが うめぼし ながねぎ にんじん はくさい えだまめ たまねぎ ごぼう こまつな もやし	3日(月) 節分献立 『節分』の行事に向けた献立です。節分は「立春」の前日で、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、いわしの臭みで鬼を近づけないようにする風習があります。 [今年度の節分は 2月2日(日)です] 豆やちりめんじゃこ(いわしの稚魚)を使った料理が登場します。
4	火	くらざとうしょくパン おいものジャム チキンコンソメスープ ペンネミートソース	○	とりにく とりがら ぶたにく だいず ぎゅうにゅう	パン さつまいも むらさきいも さとう じゃがいも あぶら パスタ こむぎこ	りんご レモン たまねぎ にんじん キャベツ セロリ にんにく パセリ マッシュルーム トマトピューレ	
5	水	もちごめいりごはん いかにんじん みそしる いわしのかばやき とりとあつあげのうまに	○	いか みそ かつおぶし こんぶ いわし なまあげ とりにく ぎゅうにゅう	こめ もちごめ あぶら さとう でんぶん ごま ごまあぶら こめこ	にんじん だいこん ながねぎ だいこんのは ほししいたけ しょうが たまねぎ しめじ こまつな にんにく	
6	木	ガーリックライス ブラウンシチュー ツナとポテトのソテー りんご	○	ぶたにく とりがら ツナ ベーコン ぎゅうにゅう	こめ こめつぶむぎ あぶら こむぎこ パター さとう じゃがいも	にんじん にんにく パセリ たまねぎ マッシュルーム セロリ トマトピューレ りんご ブロッコリー ほうれんそう	
7	金	カレーうどん にくだんごのもちごめむし うのはなひじき	○	ぶたにく かつおぶし こんぶ だいず おから とうふ ひじき とりにく ぎゅうにゅう	うどん さとう でんぶん ごまあぶら もちごめ	しめじ ながねぎ たまねぎ にんじん こまつな ほししいたけ たけのこ しょうが ほうれんそう	
12	水	さけわかめごはん おでん あつあげのにくみそいため みかん	○	さけ わかめ こんぶ さつまいも ちくわ かんもどき かつおぶし なまあげ とりにく みそ 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 でんぶん	だいこん にんじん ながねぎ こまつな にんにく しょうが みかん	
13	木	キムタクごはん ビーフンスープ あげぎょうざ	○	ぶたにく とりにく とりがら だいず 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 ビーフン ぎょうざのかわ こむぎこ でんぶん	はくさい キムチ ながねぎ だいこん ぼうけ にんじん こまつな もやし しょうが はくさい にら ほししいたけ	
14	金	スパゲッティ ラグーソース やさしいソテー チョコチップスコーン	○	ぶたにく しろいんげんまめ ベーコン とりにく きなこ たまご ぎゅうにゅう	スパゲッティ あぶら さとう でんぶん こむぎこ ココア バター チョコ	たまねぎ にんじん にんにく セロリ しめじ トマトピューレ ホールトマト こまつな もやし ホールコーン	
17	月	ごはん とりけんちんじる さわらのみそやうあんやき しのだに	○	とりにく とうふ かつおぶし こんぶ さわら みそ あぶらあげ ぎゅうにゅう	こめ あぶら さといも こんにやく ごまあぶら さとう でんぶん じゃがいも しらたき	だいこん にんじん ごぼう ながねぎ しょうが ゆず ほししいたけ たまねぎ こねぎ	
18	火	きびごはん たぬきじる とうふハンバーグおろしソース じゃこいりおんやさい	○	ぶたにく みそ かつおぶし こんぶ とうふ ひじき ちりめんじゃこ ぎゅうにゅう	こめ もちきび あぶら こんにやく さつまいも ごまあぶら でんぶん さとう	ごぼう にんじん ながねぎ しょうが たまねぎ だいこん こねぎ キャベツ こまつな もやし	
19	水	みそラーメン 【むしめんちゅうかめん ・つけじる・うずらたまご】 かいせんちゅうかやさいいため	○	うずらたまご ぶたにく わかめ みそ とりがら かつおぶし こんぶ えび いか ぎゅうにゅう	むしちゅうかそば さとう ごまあぶら でんぶん あぶら	もやし キャベツ にんじん にら ホールコーン ながねぎ にんにく しょうが こまつな はくさい だいず もやし きくらげ	
20	木	くらまいごはん チゲじる とりのからあげ かぼちゃときんときまめのいとこに	ヨ	ぶたにく とうふ みそ かつおぶし こんぶ とりにく きんときまめ ヨーグルト	こめ くらまい あぶら ごまあぶら でんぶん こめこ さとう	はくさい キムチ はくさい だいこん にんじん にら ながねぎ にんにく しょうが かぼちゃ	
21	金	コッペパン シュクメルリ あおのりピーンズ みかん	○	とりにく ぎゅうにゅう チーズ とりがら だいず あおのり	パン こむぎこ さつまいも あぶら パター じゃがいも でんぶん	たまねぎ にんじん マッシュルーム ブロッコリー にんにく セロリ みかん	
25	火	ごましおごはん みそしる さばのさいきょうやき こうやどうふのそぼろあん	○	こんぶ みそ かつおぶし さば こうやどうふ とりにく ぎゅうにゅう	こめ こめつぶむぎ あぶら ごま じゃがいも さとう でんぶん ごまあぶら	ながねぎ こまつな にんじん たまねぎ こねぎ しょうが	
26	水	マーボーめん 【むしちゅうかめん・マーボーどうふ】 ちゅうかポテト りんご	○	とうふ ぶたにく だいず みそ とりがら ぎゅうにゅう	むしちゅうかそば ごまあぶら さとう でんぶん さつまいも あぶら	ながねぎ たけのこ にんじん ほししいたけ にんにく しょうが りんご	
27	木	ポークケチャップライス カラフルベジタブルスープ てりやきチキン ポイルやさいてづくりごまドレッシング	ミ	ぶたにく ベーコン ハム とりがら とりにく あおだいず かいそうミックス	こめ こめつぶむぎ あぶら さとう でんぶん こんにやく ごま	たまねぎ にんじん マッシュルーム パセリ あかピーマン ホールコーン しめじ にんにく セロリ なののはな しょうが キャベツ こまつな みかん ジュース	
28	金	むぎごはん こんぶのつくだに すましじる まつかぜやき うどのきんぴら	○	こんぶ かつおぶし とりにく とうふ あおのり みそ 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 でんぶん ごまあぶら こんにやく	ほししいたけ かんぴょう こまつな ながねぎ にんじん えのきたけ たまねぎ うど ごぼう やいりんげん	

【牛乳らん ○・・・低温殺菌牛乳 ヨ・・・ヨーグルト ミ・・・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。

※裏面には「給食&食育おたより」があります

平均栄養価 中学生 エネルギー 619kcal ・たんぱく質 27.4g ・脂質 21.8g

6年生からのリクエスト
1月から引き続き、6年生から「もう一度食べたい給食」のリクエストです。

今月は・・・
13日「揚げぎょうざ」
14日「チョコチップスコーン」
19日「味噌ラーメン」
20日「鶏のからあげ」
21日「青のりピーンズ」
27日「てりやきチキン」を献立に取り入れられました。3月もお楽しみに！

13日(水) 揚げぎょうざ
学校給食用に特注している「大きな餃子の皮」を使って、一つ一つ包む『ジャンボ揚げ餃子』です。6年生からのリクエストも多かった人気料理です。

27日(木) 卒業お祝い給食
27日は「6年生を送る会」が行われます。お祝いの行事に合わせて、6年生には、通常献立の他に「特別メニュー」も提供します。お楽しみに！

28日(金) うどのきんぴら
武蔵野市が「栽培の発祥地」とされる「うどん」は、『東京うどん』と呼ばれ、市の特産品です。市内産の新鮮なうどを使用してきんぴらを作ります。さわやかな香りと、シャキッとした歯ごたえが特徴です。