



# れいわ 8ねん 2がつ こんだてひょう

日野市立日野第三小学校

	こんだてめい	ぎゅうにゅう	あかのなかま ちやにくになる	さいろのなかま ねつやちからの もとなる	みどりのなかま からだのちょうしを ととのえる	1杯 - たんぱくしつ しつ	ひとことメモ
2月	きつねごはん ひじきとれんこんのしやしき やさいのごますあえ とんじる	○	いんようぎゅうにゅう,あぶ らあげ,ぶたにく,とうふ,ひ じき,みそ,なまあげ	こめ,さとう,ごま,かんそう パン,かたくりこ,こん にやく,ねりごま,あぶら,こ んにやく,さといも	しょうが,にんじん,れんこん,ね ぎ,はんのうねぎ,きゅうり,か ぶ,あかパブリカ,はくさい,ごぼ う,だいこん	605 kcal 27.3 g 24.1 g	2日(月) 今年は、2月1日が初午です。初午とは、 2月最初の「午の日」をいい、稲荷神社を 参拝し、五穀豊穡や商売繁盛、家内安全を 祈る日です。1日経ったこの日は、稲荷神 (神社)の使いである狐の好物といわれる 油揚げをたっぷり使った「きつねご飯」 を提供する予定です。
3火	いわしのかばやきどん ふくめめさうだ のっぺいじる	○	いんようぎゅうにゅう,いわ し,だいす,とりにく,かまぼ こ,あぶらあげ	こめ,かたくりこ,あげあぶ ら,さとう,ごま,あぶら,さとい も,こんにやく	しょうが,キャベツ,なばな,きゅ うり,あかパブリカ,ホールコー ン,たまねぎ,だいこん,にんじ ん,しいたけ,せり,ねぎ	594 kcal 24.4 g 20.9 g	3日(火) 2月3日は節分です。節分とは、季節の 変わり目である立春・立夏・立秋・立冬の 前日のことを指し、特に1年の始まりである 立春の前日のことをいいます。日本では 古くから行われてきた行事であり、柊(ひ いらぎ)の枝に鰯の頭を刺した「柊鰯」を 飾ったり、鬼を祓うために炒り豆を撒いたり します。この日は、「鰯の蒲焼き丼」と 茹でた大豆を加えた栄養満点「福豆サラ ダ」を提供する予定です。
4水	カレーうどん はるやさいのごまあえ ★うぐいすもち	○	いんようぎゅうにゅう,とり にく,あぶらあげ,かまぼこ, とうふ,あおだいすきなこ	うどん,あぶら,かたくりこ, さとう,ねりごま,ごま,しら たまこ	たまねぎ,にんじん,こまつな,ね ぎ,キャベツ,アスパラガス,うど ん	566 kcal 24.4 g 16.7 g	4日(水) 2月4日は立春です。二十四節季の一つ で、暦の上では春が始まる日とされていま す。この日は、春が始まる日にちなみ、ア スパラガスやうどなどの春野菜を使ったご ま和えを提供する予定です。
5木	うめじゃこごはん あげだしとうふのおろしかけ やさいのゆすあえ おことじる	○	いんようぎゅうにゅう,ちり めんじゃこ,とうふ,とりに く,あずき,みそ	こめ,ごま,かたくりこ,あげ あぶら,さとう,あぶら,さとい も,こんにやく	うめびしお,だいこん,はんのう ねぎ,ブロッコリー,カリフラ ワー,にんじん,めキャベツ,はく さい,ゆず,ごぼう,ねぎ	602 kcal 24.6 g 20.9 g	19日(木) 令和7年度「第19回ひのっ子シェフコ ンテスト」で「栄養士・給食調理員が選ん だ特別賞」に選ばれた、日野第一小学校の 児童考案料理「トマトとれんこんのいろど りガバオライス」を提供します。
6金	ミラノふうドリア トマトとズッキーニのスー プ くだもの	○	いんようぎゅうにゅう,とり にく,ぶたにく,ピザチーズ, たまご,ちょうりようぎゅう にゅう	こめ,バター,あぶら,こむぎ こ,さとう,かたくりこ	パセリ,マッシュルーム,たまね ぎ,アスパラガス,にんにく,しょ うが,トマト,セロリー,ズッキ ーニ,せとか(よてい)	559 kcal 24.1 g 21.8 g	25日(金) 給食の配膳は、担任の先生と児童同士が 協力し合っています。子供たちが衛 生的に食べられるようにするため、給食当 番の子供は、白衣・帽子・マスクを着用し て行っています。 給食当番になりましたら、週末に給食用 白衣等を持ち帰りますので、洗濯をして翌 週月曜日登校の際、持参していただきます よう、ご協力をお願いいたします。また、 給食当番になりましたら、配膳用のマスク を持参していただきますようお願いいたし ます。
9月	ごはん さかなのうめに みそドレッシングサラダ だごじる	○	いんようぎゅうにゅう,あか うお(よてい),みそ,とり にく,あぶらあげ	こめ,さとう,あぶら,ごまあ うら,ねりごま,さといも,こ むぎこ,しらたまこ	しょうが,うめぼし,キャベツ,ア スパラガス,にんじん,もやし,だ いこん,しいたけ,ごぼう,はん のうねぎ	562 kcal 24.8 g 15.5 g	26日(土) 給食の配膳は、担任の先生と児童同士が 協力し合っています。子供たちが衛 生的に食べられるようにするため、給食当 番の子供は、白衣・帽子・マスクを着用し て行っています。 給食当番になりましたら、週末に給食用 白衣等を持ち帰りますので、洗濯をして翌 週月曜日登校の際、持参していただきます よう、ご協力をお願いいたします。また、 給食当番になりましたら、配膳用のマスク を持参していただきますようお願いいたし ます。
10火	ナン やさいのマスリハ アーモンドサラダ くだもの	○	いんようぎゅうにゅう,ツ ナ,クリーム,ヨーグルト	ナン,あぶら,バター,こむぎ こ,さとう,スライスアーモ ンド	アスパラガス,かぼちゃ,ズッキー ニ,めキャベツ,あかパブリカ,にんに く,しょうが,たまねぎ,ホール トマト,きゅうり,だいこん,にん じん,キャベツ,ホールコーン,か んべい(よてい)	539 kcal 21.4 g 24.9 g	27日(日) 給食の配膳は、担任の先生と児童同士が 協力し合っています。子供たちが衛 生的に食べられるようにするため、給食当 番の子供は、白衣・帽子・マスクを着用し て行っています。 給食当番になりましたら、週末に給食用 白衣等を持ち帰りますので、洗濯をして翌 週月曜日登校の際、持参していただきます よう、ご協力をお願いいたします。また、 給食当番になりましたら、配膳用のマスク を持参していただきますようお願いいたし ます。
12木	たくあんキムチめし いかとポテトのレモンじょうゆ にらのスープ	○	いんようぎゅうにゅう,ベー コン,ちりめんじゃこ,いか, とうふ,ぶたにく,たまご	こめ,あぶら,ごま,かたくり こ,あげあぶら,じゃがいも, さとう,ごまあぶら	にんじん,はくさいキムチ,とう こうじたくあん,レモン,アスパ ラガス,にら,ねぎ,しいたけ, しょうが	560 kcal 25.0 g 22.5 g	28日(月) 給食の配膳は、担任の先生と児童同士が 協力し合っています。子供たちが衛 生的に食べられるようにするため、給食当 番の子供は、白衣・帽子・マスクを着用し て行っています。 給食当番になりましたら、週末に給食用 白衣等を持ち帰りますので、洗濯をして翌 週月曜日登校の際、持参していただきます よう、ご協力をお願いいたします。また、 給食当番になりましたら、配膳用のマスク を持参していただきますようお願いいたし ます。
13金	シーフードパエリア みずなとひじきのサラダ たまご・にゅういんしょうのココアブラウニー	○	いんようぎゅうにゅう,むき えび,いか,とりにく,ロー スハム,ひじき,とうにゅう	こめ,オリーブあぶら,あぶ ら,はるさめ,さとう,ごまあ ぶら,こむぎこ,ダイスアー モンド	にんじん,たまねぎ,にんにく, ホールトマト,あかパブリカ,ア スパラガス,きゅうり,みずな, レーズン	634 kcal 24.7 g 25.3 g	29日(火) 給食の配膳は、担任の先生と児童同士が 協力し合っています。子供たちが衛 生的に食べられるようにするため、給食当 番の子供は、白衣・帽子・マスクを着用し て行っています。 給食当番になりましたら、週末に給食用 白衣等を持ち帰りますので、洗濯をして翌 週月曜日登校の際、持参していただきます よう、ご協力をお願いいたします。また、 給食当番になりましたら、配膳用のマスク を持参していただきますようお願いいたし ます。
16月	★きなこあげパン クラムチャウダー サイダーフルーツポンチ	○	いんようぎゅうにゅう,きな こ,ベーコン,とりにく,あさ り,ピザチーズ,クリーム, ちょうりようぎゅうにゅう	コッペパン,あげあぶら,さ とう,あぶら,じゃがいも,バ ター,こむぎこ	たまねぎ,にんじん,めキャベツ, セロリー,マッシュルーム,アス パラガス,いちご(よてい),り んご(よてい),おうとうかん づめ(よてい)	620 kcal 23.2 g 27.7 g	30日(水) 給食の配膳は、担任の先生と児童同士が 協力し合っています。子供たちが衛 生的に食べられるようにするため、給食当 番の子供は、白衣・帽子・マスクを着用し て行っています。 給食当番になりましたら、週末に給食用 白衣等を持ち帰りますので、洗濯をして翌 週月曜日登校の際、持参していただきます よう、ご協力をお願いいたします。また、 給食当番になりましたら、配膳用のマスク を持参していただきますようお願いいたし ます。
17火	シーフードスパゲティー じゃこいりわふうサラダ かぼちゃのチーズケーキ	○	いんようぎゅうにゅう,ベー コン,いか,むきえび,ほたて が,ピザチーズ,ちりめん じゃこ,クリームチーズ,た まご	スパゲティー,オリーブあぶ ら,あぶら,さとう,バター,こ むぎこ,ごまあぶら	パセリ,にんにく,しょうが,たま ねぎ,にんじん,マッシュルーム, エリンギ,トマト,ホールトマト, だいこん,みずな,スナップえん どう,きいろパブリカ,かぼちゃ, レモン	639 kcal 27.6 g 27.0 g	31日(木) 給食の配膳は、担任の先生と児童同士が 協力し合っています。子供たちが衛 生的に食べられるようにするため、給食当 番の子供は、白衣・帽子・マスクを着用し て行っています。 給食当番になりましたら、週末に給食用 白衣等を持ち帰りますので、洗濯をして翌 週月曜日登校の際、持参していただきます よう、ご協力をお願いいたします。また、 給食当番になりましたら、配膳用のマスク を持参していただきますようお願いいたし ます。
18水	ハヤシライス ごまドレッシングサラダ くだもの	○	いんようぎゅうにゅう,ぶた にく	こめ,あぶら,じゃがいも,こ むぎこ,バター,ごま,さとう	にんにく,たまねぎ,にんじん,ト マト,キャベツ,アスパラガス,ス ナップえんどう,だいこん,あか パブリカ,ホールコーン,れい とうパイン(よてい)	595 kcal 20.2 g 17.8 g	32日(金) 給食の配膳は、担任の先生と児童同士が 協力し合っています。子供たちが衛 生的に食べられるようにするため、給食当 番の子供は、白衣・帽子・マスクを着用し て行っています。 給食当番になりましたら、週末に給食用 白衣等を持ち帰りますので、洗濯をして翌 週月曜日登校の際、持参していただきます よう、ご協力をお願いいたします。また、 給食当番になりましたら、配膳用のマスク を持参していただきますようお願いいたし ます。
19木	トマトとれんこんのいろどりガバオライス ししゃものおおりのガーリックフライ ビーフンスープ	○	いんようぎゅうにゅう,ぶた にく,たまご,ししゃも,あお のり,とりにく	こめ,あぶら,かたくりこ,あ げあぶら,ビーフン,ごまあ ぶら	にんにく,しょうが,たまねぎ,れ んこん,ピーマン,あかピーマン, トマト,ねぎ,もやし,みずな,チ ンゲンサイ,しめじ	611 kcal 30.6 g 23.9 g	33日(土) 給食の配膳は、担任の先生と児童同士が 協力し合っています。子供たちが衛 生的に食べられるようにするため、給食当 番の子供は、白衣・帽子・マスクを着用し て行っています。 給食当番になりましたら、週末に給食用 白衣等を持ち帰りますので、洗濯をして翌 週月曜日登校の際、持参していただきます よう、ご協力をお願いいたします。また、 給食当番になりましたら、配膳用のマスク を持参していただきますようお願いいたし ます。
20金	ごはん さかなのみそだれかけ アーモンドあえ つぼんじる	○	いんようぎゅうにゅう,さば (よてい),みそ,とりにく, かまぼこ,やきとうふ	こめ,さとう,ねりごま,かた くりこ,ごま,こんにやく, アーモンドパウダー,さ とう,さといも,こんにやく	はくさい,スナップえんどう,も やし,あかパブリカ,きゅうり,ご ぼう,にんじん,だいこん,しい たけ	579 kcal 27.3 g 21.2 g	34日(日) 給食の配膳は、担任の先生と児童同士が 協力し合っています。子供たちが衛 生的に食べられるようにするため、給食当 番の子供は、白衣・帽子・マスクを着用し て行っています。 給食当番になりましたら、週末に給食用 白衣等を持ち帰りますので、洗濯をして翌 週月曜日登校の際、持参していただきます よう、ご協力をお願いいたします。また、 給食当番になりましたら、配膳用のマスク を持参していただきますようお願いいたし ます。
25水	ごはん さかなのハニーソース ポテトのカレーソー ターのこのミルクス ープ	○	いんようぎゅうにゅう,たら (よてい),ぶたにく,ベー コン,クリーム,ちょうりよ うぎゅうにゅう	こめ,あぶら,はちみつ,スラ イスアーモンド,かたくり こ,じゃがいも	あかパブリカ,きいろパブリカ, たまねぎ,にんじん,しめじ,マッ シュルーム,エリンギ,ホール コーン,クリームコーン,パセリ	601 kcal 26.3 g 18.6 g	35日(月) 給食の配膳は、担任の先生と児童同士が 協力し合っています。子供たちが衛 生的に食べられるようにするため、給食当 番の子供は、白衣・帽子・マスクを着用し て行っています。 給食当番になりましたら、週末に給食用 白衣等を持ち帰りますので、洗濯をして翌 週月曜日登校の際、持参していただきます よう、ご協力をお願いいたします。また、 給食当番になりましたら、配膳用のマスク を持参していただきますようお願いいたし ます。
26木	えびいりカレーピラフ ★じゃがいものハニー サラダ コーンポタージュ	○	いんようぎゅうにゅう,ぶた にく,むきえび,こなチーズ, クリーム,ちょうりようぎ ゅうにゅう	こめ,あぶら,バター,じゃが いも,あげあぶら,はちみつ, こむぎこ	にんにく,にんじん,たまねぎ,あ かパブリカ,マッシュルーム,ア スパラガス,はくさい,スナッ プえんどう,クリームコーン,パ セリ	573 kcal 20.4 g 20.5 g	36日(火) 給食の配膳は、担任の先生と児童同士が 協力し合っています。子供たちが衛 生的に食べられるようにするため、給食当 番の子供は、白衣・帽子・マスクを着用し て行っています。 給食当番になりましたら、週末に給食用 白衣等を持ち帰りますので、洗濯をして翌 週月曜日登校の際、持参していただきます よう、ご協力をお願いいたします。また、 給食当番になりましたら、配膳用のマスク を持参していただきますようお願いいたし ます。
27金	おやこどん やさいのかつおぶしあ え ほうれんそうのアーモ ンドケーキ	○	いんようぎゅうにゅう,とり にく,たまご,かつおぶし	こめ,さとう,バター,こむぎ こ,アーモンドパウダー	たまねぎ,にんじん,ほししい たけ,みずな,はくさい,アスパ ラガス,だいこん,ほうれんそ う	697 kcal 24.8 g 28.7 g	37日(水) 給食の配膳は、担任の先生と児童同士が 協力し合っています。子供たちが衛 生的に食べられるようにするため、給食当 番の子供は、白衣・帽子・マスクを着用し て行っています。 給食当番になりましたら、週末に給食用 白衣等を持ち帰りますので、洗濯をして翌 週月曜日登校の際、持参していただきます よう、ご協力をお願いいたします。また、 給食当番になりましたら、配膳用のマスク を持参していただきますようお願いいたし ます。

\*献立は都合により変更する場合があります。あらかじめ、ご了承ください。

\*給食の詳細は、学校ホームページに掲載しています。是非、ご覧ください。

献立の★印は、6年生からの  
リクエストが多かった  
メニューです！

少数だったリクエストの献立も組み込んでい  
ますので、献立表をチェックしてみて  
ください！

