

2月予定献立表

令和7年度(2025年度)

日野市立日野第八小学校

日	こんだて	牛乳	赤の仲間 おもに体を作る もとになる	黄の仲間 おもにエネルギーの もとになる	緑の仲間 おもに体の調子を ととのえる	ひとくちメモ	エネルギー kcal たんぱく質 g
2月	みそラーメン チーズいりじゃがいももち	○	ぎゅうにゅう, ぶたにく みそ, チーズ	ちゅうかめん, あぶら さとう, ごまあぶら じやがいも, でんぶん	しょうが, にんにく, にんじん はくさい, ほししいたけ, もやし コーン, こまつな, ねぎ	今月の地場産物 にんじん ながねぎ だいこん キャベツ はくさい トマト	558 21.6
3火	いわしのかばやきどん かまぼこいりすまじる りんご	○	ぎゅうにゅう, いわし とうふ, かまぼこ	こめ, でんぶん, あぶら さとう, ごま	しょうが, にんじん, えのきたけ ほうれんそう, ねぎ, りんご		607 21.8
4水	ごはん わふうおろしハンバーグ れんこんのきんぴら もやしのみそしる	○	ぎゅうにゅう, ぶたにく ひじき, とうふ, たまご あぶらあげ, みそ, みそ	こめ, あぶら, パンこ, さとう ごま, ごまあぶら	たまねぎ, だいこん, れんこん にんじん, さやいんげん, もやし まつな, ねぎ		649 30.1
5木	きなこあげパン とうにゅうポタージュ ブロッコリーサラダ	○	ぎゅうにゅう, きなこ ベーコン, とうにゅう	パン, あぶら, さとう じやがいも, でんぶん	たまねぎ, にんじん, コーン パセリ, ブロッコリー キャベツ, きゅうり	3(火) 節分メニュー 2月3日は節分です。豆まきを したり、いわしの頭をヒイラ ギの枝にさして玄関に置いた りして厄除けをする習わしが あります。給食でも、いわし を使ったメニューにしました。	621 21.1
6金	カレーライス バジルサラダ いちご	○	ぎゅうにゅう, ぶたにく チーズ	こめ, おおむぎ, あぶら じやがいも, バター こむぎこ, さとう	にんにく, しょうが, たまねぎ にんじん, りんご, キャベツ きゅうり, コーン, いちご		608 19.8
9月	ごはん ぶりのてりやき もやしときゅうりのからしじょうゆ とんじる	○	ぎゅうにゅう, ぶり ぶたにく, あぶらあげ, みそ	こめ, さとう, あぶら じやがいも	しょうが, もやし, きゅうり にんじん, ごぼう, だいこん こんにゃく, ねぎ		584 27.9
10火	ターメリックライスの ホワイトソースかけ ポテトチップス みかんサラダ	○	ぎゅうにゅう, とりにく えび, なまクリーム	こめ, あぶら, バター こむぎこ, じやがいも さとう	たまねぎ, グリンピース みかん, キャベツ, きゅうり にんじん	12(木) いろどりガパオライス 今年度の、ひのっ子シェフコンテストで、「栄養士・調理員が選ぶ特別賞」をとった料 理です。本格的な味を、食べ やすいように工夫されている レシピです。	636 23.1
12木	いろどりガパオライス はるさめサラダ りんごのかんづめ	○	ぎゅうにゅう, たまご ぶたにく, ハム	こめ, あぶら, はるさめ さとう, ごまあぶら, ごま	にんにく, しょうが, たまねぎ れんこん, ピーマン, トマト にんじん, きゅうり, もやし りんご		598 24.7
13金	チョコチップパン マカロニいりクリームシチュー シーザーサラダ	○	ぎゅうにゅう, とりにく なまクリーム, ベーコン チーズ	チョコチップパン, あぶら じやがいも, マカロニ, バター こむぎこ, パン, さとう マヨネーズ	セロリ, たまねぎ, にんじん パセリ, キャベツ, きゅうり コーン, にんにく		611 22.1
16月	ケチャップライス フライドチキン ゆでブロッコリー ABCスープ	ジョ ア	ジョア, ハム, とりにく ベーコン, ぶたにく	こめ, あぶら, でんぶん こむぎこ, マカロニ	たまねぎ, にんじん グリンピース, しょうが にんにく, ブロッコリー ほうれんそう	6年生の リクエストメニュー 6年生に、卒業までにもう一 度食べたい給食を聞きました。 たくさん出してもらいま したが、その中からいくつか を実施します。3月にも出ま すので楽しみにしていてくだ さい! (メニュー名にマー クが付いているものが6年生 のリクエストです。)	584 29.9
17火	ごはん さばのピリからみそやき やさいとあぶらあげのごまあえ けんちんじる	○	ぎゅうにゅう, さば, みそ あぶらあげ, とりにく とうふ	こめ, さとう, ごま, あぶら さといも	しょうが, ほうれんそう, もやし にんじん, ごぼう, だいこん こんにゃく, こまつな		595 28.4
18水	やきカレーパン とろとろまめスープ デコポン	○	ぎゅうにゅう, ぶたにく ベーコン, いんげんまめ みそ	パン, あぶら, でんぶん こむぎこ, パンこ じやがいも, ごま	にんじん, たまねぎ, にんにく セロリ, カリフラワー ほうれんそう, デコポン		639 25.2
19木	ツナおろしスパゲティ コーンサラダ スイートポテト	○	ぎゅうにゅう, ツナ やきのり, たまご なまクリーム	スパゲティ, あぶら, さとう さつまいも, バター	だいこん, キャベツ, にんじん きゅうり, コーン, たまねぎ		639 21.4
20金	ごはん ゆずのかおりのしおにくじやが かっぱづけ	○	ぎゅうにゅう, あぶらあげ ぶたにく	こめ, さとう, ごま, あぶら じやがいも, ごまあぶら	にんじん, たまねぎ, ゆず こまつな, きゅうり		585 23.4
24火	ハヤシライス フライビーンズサラダ いちご	○	ぎゅうにゅう, ぶたにく だいす	こめ, おおむぎ, あぶら バター, こむぎこ, でんぶん さとう	にんにく, しょうが, たまねぎ にんじん, セロリ, キャベツ マッシュルーム, ホールトマト きゅうり, コーン, いちご		630 21.7
25水	わかめごはん ししゃもフライ ゆでキャベツ さつまじる	○	ぎゅうにゅう, わかめ ししゃも, ぶたにく, みそ	こめ, ごま, こむぎこ, パンこ あぶら, さつまいも	キャベツ, パセリ, ごぼう にんじん, だいこん こんにゃく, ねぎ	27(金) がんづき 黒砂糖を入れた蒸しパンの 生地に、ごまをのせて蒸した 岩手県の郷土料理です。がん づきのがんは「雁(がん)」 という鳥のことで、雁が月に 向かって飛んでいるようすを あらわしていると言われてい ます。	590 20.9
26木	ちゅうかどん じやこいりわかめサラダ	○	ぎゅうにゅう, ぶたにく いか, えび, うずらたまご ちりめんじやこ, わかめ	こめ, おおむぎ, あぶら ごまあぶら, でんぶん さとう	にんにく, しょうが, にんじん ほししいたけ, たけのこ たまねぎ, はくさい, キャベツ もやし, こまつな, きゅうり		545 25.1
27金	キムチとこんさいのピリカラうどん かぶのレモンすあえ がんづき	○	ぎゅうにゅう, ぶたにく かまぼこ, たまご とうにゅう, みそ	うどん, あぶら, さとう, ごま ごまあぶら, こめこ こむぎこ, はちみつ	にんにく, にんじん, だいこん ごぼう, はくさいキムチ, ねぎ かぶ, きゅうり, レモン		531 19.1

※材料の都合により献立を変更する場合があります。