



令和8年 2月 献立表



日	献立紹介	献立名	牛乳	赤の仲間□ 血や肉になる	黄の仲間□ 熱や力の元になる	緑の仲間□ 体の調子を整える
2月		麻婆豆腐丼 にらのさっぱりナムル ゆずゼリー	○	牛乳,豚挽肉,刻み大豆,押し豆腐, アガー,粉かんてん	米,油,砂糖,ごま油,でんぶん,はちみつ	生姜,にんにく,人参,玉葱,たけのこ,ねぎ, 干し椎茸,もやし,ニラ,ゆず果汁
3火	節分 せんべい	いわしの蒲焼丼 節分豆乳みそ汁 福豆	○	牛乳,いわし,オニカマボコ,調製豆乳, 白味噌,赤味噌,けずり,福豆	米,でんぶん,油,砂糖,油,こんにゃく	生姜,人参,玉葱,白菜,生しいたけ, ぶなしめじ,ねぎ
4水		♥チキンカレー(アルファ米) 大根とカリカリ梅のサラダ みかん	○	牛乳,鶏モモ肉	アルファ化米,油,じゃがいも,砂糖, 小麦粉,バター,ごま油	にんにく,生姜,玉葱,人参,大根,きゅうり, 刻みカリカリ梅,みかん
5木		♥きなこ揚げパン 白菜のボドフ マカロニサラダ	○	牛乳,きな粉,鶏モモ肉,ベーコン, ウインソーセージ	コッペパン,砂糖,油,じゃがいも, マカロニ,ノンエッグマヨ	玉葱,人参,白菜,マッシュルーム,パセリ, きゅうり
6金	海苔の日 のり	ごはん のりの佃煮 肉じゃが 小松菜のゆず和え	○	牛乳,焼きのり,豚ばら肉,けずり	米,砂糖,油,じゃがいも,しらたき	生姜,人参,玉葱,いんげん,小松菜, もやし,ぶなしめじ,ゆず果汁
9月		キムチチャーハン 白菜の中華スープ もちもち焼きココア餅	○	牛乳,豚肉,鶏モモ肉,絹ごし豆腐,けずり, 調製豆乳	米,でんぶん,ごま油,砂糖,油,白玉粉, 粉糖	人参,ビーマン,キムチ,ねぎ,もやし,白菜
10火	八丈島献立 はちじょうじま こんだて	♥八丈島あしたばパン グリルサバ レモンのさっぱりサラダ かぼちゃの豆乳スープ	○	牛乳,鯖,ベーコン,調製豆乳, 豆乳クリーム	あしたばパン,油,オリーブ油	キャベツ,人参,小松菜,レモン,パセリ, 玉葱,マッシュルーム,かぼちゃ
12木		ごはん(木島平) 厚揚げと玉ねぎの豆乳うま煮 大豆と小魚のカリカリ揚げ	○	牛乳,豚肉,生揚げ,調製豆乳,西京味噌, 大豆	米,油,糸こんにゃく,砂糖,でんぶん	生姜,にんにく,人参,玉葱,小松菜
13金	2/14 バレンタイン	鮭のクリームベンネ グリーンサラダ ガトーショコラ	○	牛乳,鮭,牛乳,生クリーム,調製豆乳	ベンネ,小麦粉,バター,油,砂糖, マーガリン(乳不使用),粉糖	にんにく,生姜,玉葱,マッシュルーム, ほうれんそう,キャベツ,水菜,人参
17火	2/17 千切り大根の日 読書週間 ブックメニュー♪	切り干し大根ごはん たらじやがいもの揚げ煮 ♪いちご入り白玉ポンチ	○	牛乳,油揚げ,たら	米,砂糖,でんぶん,油,じゃがいも, 白玉団子	切干し大根,人参,いんげん,にんにく, 生姜,みかん缶,パイン缶,レモン,いちご
18水		ごはん すき焼き 大根となめこのみそ汁	○	牛乳,豚こま肉,焼き豆腐,赤味噌, 白味噌,けずり	米,油,しらたき,砂糖	玉葱,ごぼう,人参,ねぎ,大根,小松菜, なめこ
19木	食育の日 ブックメニュー♪	ガーリックトースト ♪こまつさんのシチュー 大根サラダ	○	牛乳,鶏モモ肉,生クリーム,牛乳	食パン,バター,じゃがいも,小麦粉,油, 砂糖	にんにく,パセリ,生姜,玉葱,人参,大根
20金		中華丼 中華海藻サラダ 手作り台湾風カステラ	○	牛乳,豚肉,いか,わかめ,調製豆乳	米,でんぶん,ごま油,砂糖,油,小麦粉, ざらめ,はちみつ	にんにく,生姜,たけのこ,人参,玉葱, 白菜,干し椎茸,チンゲン菜,きくらげ, キャベツ,もやし
24火	6-1 家庭科 セレクト献立	♥パンズパン 照り焼きチキン コールスローサラダ ミネストローネ	○	牛乳,鶏モモ肉,ロースハム,ベーコン	パンズパン,砂糖,油,じゃがいも	キャベツ,人参,玉葱,クラッシュトマト
25水		ごはん 手作りロコッケ 野菜のさっぱり和え 豆腐と油揚げのみそ汁	○	牛乳,白いんげんまめ,豚挽肉,わかめ, 絹ごし豆腐,油揚げ,赤味噌,白味噌, けずり	米,じゃがいも,乾燥マッシュポテト,油, 小麦粉,乾パン粉,生パン粉,砂糖	人参,玉葱,ホールコーン,キャベツ,ねぎ
26木		きのこピラフ ガーリックポテトフライ かぶとんじんじのスープ 小松菜のレッピスコーン	○	牛乳,鶏肉,調製豆乳,豆乳クリーム	米,バター,油,じゃがいも,小麦粉,砂糖	人参,えのきたけ,ぶなしめじ,まいたけ, もやし,かぶ,かぶ(葉),小松菜
27金	6-1 家庭科 セレクト献立	しょうゆラーメン ジャンボ揚げきょうざ カリカリサラダ フルーツポンチ	○	牛乳,豚ばら肉,豚挽肉,刻み大豆	蒸し中華めん,ごま油,でんぶん, 餃子の皮,油,コーンフレーク,砂糖	にんにく,生姜,人参,キャベツ,ねぎ,ニラ, きゅうり,ホールコーン,玉葱,みかん缶, パイン缶,ナタデココ,レモン

※行事や仕入れの都合により、献立を変更する場合があります。ご了承ください。※学校給食で使用する食材の安全確保に努めております。

※今月の平均栄養量 エネルギー627kcal,たんぱく質23.0g,脂質21.9g,食塩相当量1.9g

※図書委員会が選んだ読書週間のブックメニューは♪マークの献立です。

※6年生のリクエストは♥マークの献立です。

※今月の調布市産地場野菜 ほうれん草,小松菜,キャベツです。

家庭科の授業で6年生が給食の献立を考えました！

授業で学んだ献立を考えるポイントをたくさん盛り込み、6年生が給食の献立を立ててくれました。各班話し合い、食べる人のことを考え、栄養バランスや旬の食材、新しいアイデア、寒い冬に合う、卒業をお祝いする献立を発表しました。選ばれた献立を2月に実施します。お楽しみに！



2/24(火) 6-1 「自分でクッキング！ハッピーに卒業しよう！」
パンズパン, 照り焼きチキン, コールスローサラダ, ミネストローネ, 牛乳

2/27(金) 6-2 「笑顔になれる給食で卒業しよう」
しょうゆラーメン, ジャンボ揚げきょうざ, カリカリサラダ, フルーツポンチ, 牛乳