



2月の予定献立表



日曜	主食	おかず	牛乳	主な材料			エネルギー kcal/1人分
				血や肉になる	エネルギーの元になる	体の調子を整える	
1 (水)	高菜チャーハン	ワンタンスープ ヨーグルト	○	牛乳 豚肉 卵 ちりめんじゃこ ヨーグルト	米 ラード ごま油 油 砂糖 白いりごま ワンタンの皮	ねぎ 高菜漬 人参 生姜 もやし 白菜 なら 小松菜	576 24.1
2 (木)	フレンチトースト	デミグラシチュー コーンサラダ	○	牛乳 卵 豚肉 クリーム ム ハ丁みそ 赤みそ	食パン 油 バター 砂糖 じゃがいも 小麦粉	にんにく ぶなしめじ 人参 エリンギ 玉葱 大根 パセリ キャベツ コーン缶	600 22.4
★ 節分献立 ★							
3 (金)	大豆ごはん	丸干しいわし 根菜のとろみ汁 節分豆	○	牛乳 鶏肉 大豆 いわし 豚肉 油揚げ	米 油 砂糖 しらたき 片栗粉	ごぼう 人参 筍 干し椎茸 大根 ねぎ 生姜	675 31.8
6 (月)	チキンライス	蕪とベーコンのクリームスープ 果物 (オレンジ)	○	牛乳 鶏肉 ベーコン クリーム	米 バター 油 じゃがいも 小麦粉	グリーンピース 人参 玉葱 にんにく かぶ パセリ オレンジ	664 21.3
7 (火)	ごはん	鯖の西京焼き 油揚げと大根の炒め煮 けんちん汁	○	牛乳 鯖 西京みそ 油揚げ 鶏肉 木綿豆腐	米 砂糖 油 蒟蒻 じゃがいも	生姜 大根 人参 ごぼう さやいんげん ねぎ	681 27.4
8 (水)	香ばしソースで♪ そばめし	中華風コンソープ 果物 (りんご)	○	牛乳 豚肉 かつお節 青のり 鶏肉 卵	米 油 中華めん 片栗粉 ごま油	にんにく 生姜 人参 キャベツ 生姜酢漬 ねぎ コーン缶 ほうれん草 りんご	603 22.2
9 (木)	彩りちらし	手巻き海苔 のっぺい汁 大豆のかりんとう	○	牛乳 鶏肉 卵 焼きのり 焼き竹輪 大豆 きな粉	米 もち米 砂糖 油 蒟蒻 里芋 片栗粉 黒砂糖	ごぼう 生姜酢漬 パセリ 人参 干し椎茸 筍 大根 ねぎ	640 26.7
10 (金)	マーガリンパン	イカフライ コーンポテト ABCスープ	○	牛乳 いか 卵 鶏肉 プロセスチーズ	マーガリンパン 小麦粉 パン粉 油 バター じゃがいも	とうもろこし缶 パセリ セロリ にんにく 人参 玉葱 キャベツ 小松菜	603 27.3
13 (月)	ゆかりごはん	豚肉と大根の炒め煮 なめこ汁	○	牛乳 鶏肉 木綿豆腐 赤みそ ハ丁みそ	米 油 砂糖 じゃがいも	しそ葉 人参 大根 玉葱 さやいんげん なめこ わけぎ	612 21.9
★ バレンタイン献立 ★							
14 (火)	たっぷりトマトの スープパグティ	ラブラブサラダ 手作り♪ガトーショコラ	○	牛乳 ベーコン 鶏肉 ピザチーズ 卵	油 スパゲティ バター 小麦粉 オリーブ油 チョコレート 砂糖 粉糖	パセリ にんにく マッシュルーム 玉葱 スッキーニ トマト缶 バジル 大根 キャベツ 人参 コーン缶	667 23.3
15 (水)	麦ごはん	鶏肉と大根の和風スープカレー 野菜のマリネ	○	牛乳 鶏肉 うすら卵	米 押麦 油 砂糖	にんにく 生姜 人参 大根 枝豆 りんご缶 唐辛子 キャベツ	602 18.8
16 (木)	ごはん	韓国のり 韓国風肉じゃが トック入り♪韓国風スープ	○	牛乳 韓国風のり 豚肉 白みそ	米 ごま油 じゃがいも 砂糖 トック 白すりごま 白いりごま	にんにく 玉葱 こねぎ 生姜 白菜 白菜キムチ漬 なら ねぎ	691 24.5
★ SDGs 献立 ★							
17 (金)	だし香る♪ カレーうどん	おからドーナツ 青菜とジャコのごま炒め	○	牛乳 豚肉 おから 豆 乳 卵 ちりめんじゃこ	油 うどん 片栗粉 小麦粉 黒砂糖 砂糖 バター ごま油	にんにく 玉葱 ねぎ 小松菜 もやし	572 20.2
★ 6年1組さん献立 ★							
20 (月)	ごはん	鶏の唐揚げ 野菜サラダ フルーツポンチ	○	牛乳 鶏肉	米 片栗粉 油 ハチミツレモンゼリー	生姜 にんにく 大根 人参 キャベツ コーン缶 桃缶 みかん缶 パイン缶	680 21.8
★ 6年2組さん献立 ★							
21 (火)	パンネのミートソース	オニオンスープ 卵とベーコンのサラダ	○	牛乳 豚肉 ベーコン パルメザンチーズ	油 パンネマカロニ 砂糖 ドレッシング	にんにく 生姜 マッシュルーム 玉葱 人参 トマト缶 パセリ セロリ キャベツ フロッコリー エリンギ	658 27.9
★ 6年3組さん献立 ★							
22 (水)	冬野菜たっぷりうどん	中華まんじゅう 柚子ゼリー	○	牛乳 卵 豚肉 油揚げ	ホットケーキミックス ごま油 砂糖 片栗粉 油 里芋 うどん 柚子 ゼリー	小松菜 にんにく 生姜 筍 玉葱 干し椎茸 なら ごぼう 人参 大根 白菜	572 22.5
23 (木)	★ てんのたんじょうび 天皇誕生日 ★						
★ 小金井和食の日 (だし汁クイズ) ★							
24 (金)	焼き鯖の香味ごはん	厚揚げと蒟蒻のピリ辛炒め だし汁 (クイズ用)	○	牛乳 鯖 白みそ 鶏肉 生揚げ	米 白いりごま ごま油 蒟蒻 油 砂糖	生姜甘酢漬 しそ 人参 糸みつば	664 27.7
27 (月)	もちもち中華おこわ	白菜と肉団子スープ 手作り♪オレンジゼリー	○	牛乳 豚肉 なんと 卵	米 もち米 ごま油 砂糖 片栗粉 春雨 ルッヅ ジュース	筍 干し椎茸 人参 生姜 ねぎ 白菜 チンゲン菜 みかん缶	579 22.3
★ セレクト給食 ★							
28 (火)	セレクトつけ麺 (あっさり醤油orまろやか味噌)	煮たまご チンゲン菜ナムル	○	牛乳 豚肉 なんと 白みそ ゆで卵	中華めん ラード 砂糖	にんにく 生姜 人参 ねぎ もやし 筍 コーン缶 なら チンゲン菜	629 30.6

※ 小金井市の学校給食食材の放射能に関する情報は、小金井市ホームページに掲載されていますのでご覧ください。



給食費の引き落としについて

◎2月分の引き落としは、2月6日(月)です。
年間の行事などの欠食回数を調整した金額となります。詳細は、別途お知らせしております。ご確認ください。

