

2月献立表

令和6年度
給食目標

バランスよくたべよう

足立区立足立入谷小学校

実施日	こんだてめい		一言メモ	あかのなかま 血や肉になる	きいろのなかま 熱や力の元になる	みどりのなかま 体の調子を整える	行事
3	月	牛乳 イワシのしょうが焼き井 おひたし きなこ大豆	2月2日は節分でした。節分ではいわしを飾る習慣があります。	牛乳 いわし おかか だいす きなこ	こめ でんぷん あぶら さとう	しょうが にんにく きゃべつ にんじん もやし たまねぎ こまつな	
4	火	牛乳 ホットドッグ スパイシーポテト 野菜スープ	ホットドッグは菓で蒸すのでパンがふわふわです。	牛乳 ぶたにく ウインナー ベーコン	パン あぶら じゃがいも	きゃべつ たまねぎ しめじ にんじん こまつな	
5	水	牛乳 ★ねぎ塩豚井 イカとゴマの和え物 豆腐のスープ	6年生からたくさんのリクエストがあった、ねぎ塩豚井です。	牛乳 ぶたにく いか とりにく とうふ わかめ	こめ むぎ あぶら でんぷん こま さとう	ねぎ にんにく もやし たまねぎ こまつな えのき きゃべつ にんじん レモン	B時程
6	木	牛乳 みそラーメン ★ジャンボ餃子 白菜のピリ辛和え	北海道産のみそを使ったラーメンです。	牛乳 とりにく だいす みそ とうにゅう ぶたにく	ちゅうかめん あぶら こま ぎょうざのかわ でんぷん さとう	しょうが にんにく たまねぎ いら にんじん もやし コーン ねぎ こまつな きゃべつ はくさい	
7	金	牛乳 ごはん 魚のステーキ ごま和え かきたま汁	魚に玉ねぎのおろしソースをかけます。	牛乳 さわら なまあげ たまご	こめ さとう でんぷん こま	たまねぎ こまつな きゃべつ はくさい にんじん ねぎ	B時程
10	月	牛乳 ごはん 魚のかりんとうがらめ 五色和え 沢煮椀	甘めのタレに揚げた魚をからめました。	牛乳 しいら わかめ ぶたにく とうふ	こめ こむぎこ あぶら でんぷん さとう アーモンド	しょうが きゃべつ こまつな にんじん もやし たけのこ だいこん ほししいたけ ねぎ	
12	水	牛乳 マーボー豆腐井 海そうサラダ ★杏仁豆腐	給食のマーボー豆腐は鉄分がしっかり摂れるメニューです。	牛乳 ぶたにく だいす みそ とうふ わかめ アガー れんにゅう なまクリーム	こめ さとう でんぷん じゃがいも	たまねぎ きゃべつ にんじん もやし こまつな ねぎ えのき	B時程
13	木	牛乳 パインパン 魚のフライ チーズ入りサラダ ミネストローネスープ	魚をカリッと揚げました。	牛乳 タラ チーズ とりにく ベーコン	パン こむぎこ パンこ あぶら さとう じゃがいも	きゃべつ もやし にんじん こまつな にんにく たまねぎ セロリ トマトかん	
14	金	牛乳 ミートソーススパゲッティ フレンチサラダ ガトーショコラ	バレンタインメニューです。	牛乳 ぶたにく だいす たまご なまクリーム	スパゲッティ あぶら さとう こむぎこ バター チョコレート	にんじん たまねぎ しょうが にんにく セロリ トマトかん こまつな もやし きゃべつ	
17	月	牛乳 ★わかめごはん 小魚のごま衣揚げ からし和え どさんこ汁	どさんこ汁は北海道の郷土料理です。	牛乳 わかめ とうふ ししゃも ぶたにく みそ とうにゅう	こめ ごま あぶら こむぎこ じゃがいも	こまつな きゃべつ にんじん えのき ねぎ もやし コーン	
18	火	牛乳 ごはん チーズタッカルビ 中華スープ くだもの	チーズタッカルビは甘辛い味付けの韓国料理です。	牛乳 とりにく チーズ ぶたにく とうふ わかめ	こめ トッポギ あぶら さとう でんぷん	きゃべつ たまねぎ えのき にんじん こまつな しらぬい	
19	水	牛乳 ごはん 魚のタレカツ ごま酢和え 吉野汁	タレカツは新潟県が発祥の料理です。	牛乳 あかうお ぶたにく とうふ	こめ でんぷん あぶら こむぎこ パンこ さとう こんにゃく じゃがいも こま	もやし きゃべつ にんじん こまつな だいこん しょうが	B時程
20	木	牛乳 ごはん ひじきふりかけ 卵焼き おかか和え みそ汁	ふりかけにはちりめんも入っています。	牛乳 ひじき ちりめん とりにく みそ たまご なまあげ おかか	こめ さとう こま じゃがいも	ほししいたけ にんじん もやし たまねぎ きゃべつ ねぎ えのき こまつな だいこん	
21	金	牛乳 かしわパン カレーコロッケ ポイルキャベツ たまごスープ	カレー風味のコロッケです。	牛乳 ぶたにく とうにゅう たまご	パン じゃがいも あぶら こむぎこ パンこ でんぷん	たまねぎ にんじん きゃべつ こまつな	6年生 社会科見学
25	火	牛乳 ★えびクリームライス カリカリポテトサラダ くだもの	6年生からたくさんのリクエストがあった、えびクリームライスです。	牛乳 えび とりにく なまクリーム	こめ バター あぶら こむぎこ さとう じゃがいも	にんじん たまねぎ エリンギ きゃべつ こまつな いちご	B時程
26	水	牛乳 たまごとうどん こまつな和え 大学芋	大学芋はさつまいもを揚げて甘いミツをからめた料理です。	牛乳 ぶたにく たまご ツナ	うどん こんにゃく でんぷん あぶら さとう さつまいも こま	にんじん たまねぎ えのき もやし ねぎ こまつな きゃべつ	B時程
27	木	牛乳 ごはん おかかたくあん 小魚の唐揚げ 野菜のポン酢和え 具沢山汁	たくあんは大根で、発酵により少し黄色になります。	牛乳 おかか にぎす ぶたにく あぶらあげ	こめ あぶら ごま こむぎこ さとう でんぷん じゃがいも	たくあん きゃべつ にんじん もやし こまつな たまねぎ えのき にんじん ねぎ レモン	
28	金	牛乳 黒砂糖パン キャベツサラダ ★タンドリチキン 白菜のクリームスープ	6年生からたくさんのリクエストがあったタンドリチキンです。	牛乳 とりにく とうにゅうヨーグルト ベーコン なまクリーム	パン あぶら さとう こむぎこ バター じゃがいも	たまねぎ にんにく きゃべつ もやし にんじん コーン こまつな はくさい	

※1 食材の納品の都合により多少変更する場合があります。

※2 果物は旬のものを使用します。

★太字は季節のメニューやイベントメニューになります。 ☆がついているものは6年生のリクエストです。

