



1 月 献 立 表



令和元年度

調布市立第二小学校

日	献立名 ☆太字は6年生リクエスト献立	牛乳	赤の食品	黄の食品	緑の食品
			血や肉になる	働く力になる	体の調子を整える
9 木	ごはん	○	鶏肉・豆腐・みそ かたくちいわし 鶏肉・豆腐	米 パン粉・ごま 油・砂糖・ごま	にんじん・玉葱・しょうが だいこん・だいこん葉・にんじん・かぶ・ かぶ(葉)・せり・しゅんぎく・根みつば・ねぎ
	豆腐の松風焼き				
	小魚の田作り				
	七草汁				
10 金	五目雑炊	○	鶏肉 鶏肉 あずき	米 油・こんにやく・さといも・砂糖 砂糖・白玉粉・上新粉	にんじん・玉葱・えのきたけ・ほうれんそう・ねぎ しょうが・ごぼう・にんじん・れんこん・干し椎茸・さやいんげん
	がめ煮				
	白玉ぜんざい				
14 火	ハヤシライス	○	豚肉・生クリーム いか・ほたてがい	米・油・マーガリン・小麦粉 マーガリン	玉葱・にんじん こまつな・赤ピーマン ポンカン
	青菜といかのソテー				
	ポンカン				
15 水	ごはん	○	さば くきわかめ 鶏肉・油揚げ	米 油・砂糖・ごま油・ごま 小麦粉	きゅうり・もやし・にんじん にんじん・だいこん・はくさい・ねぎ・こまつな
	さばの文化干し焼き				
	茎わかめのサラダ				
	すいとん				
16 木	高菜めし	○	じゃこ 鶏肉 豚肉・かまぼこ・うずら卵	米・油・ごま 小麦粉・油 緑豆はるさめ	高菜・ねぎ にんにく・しょうが にんじん・玉葱・たけのこ・きくらげ・はくさい・チンゲンツァイ
	とり天				
	タイピーエン				
	カオマンガン				
17 金	汁ビーフン	○	鶏肉・みそ 豚肉 アガー・粉寒天・豆乳・豆乳クリーム	米・砂糖 ビーフン 砂糖	しょうが・にんにく・ねぎ・レモン にんじん・たけのこ・ぶなしめじ・キャベツ・しょうが マンゴー・レモン
	マンゴープリン				
	クロックムッシュ				
20 月	冬野菜のマリネ	○	牛乳・シュレッドチーズ・ボンレスハム 鶏肉	食パン・バター・小麦粉 砂糖・オリーブ油 油	キャベツ・かぶ・にんじん・フロッコリー・玉葱 にんにく・玉葱・セロリー・にんじん・キャベツ
	ジュリエンスープ				
	クッパ				
21 火	ヤンニョムチキン	○	豚肉・たまご 鶏肉 豚肉	米・油・ごま油・ごま 砂糖・ごま油 油・ビーフン	にんにく・たけのこ・ねぎ・にんじん・にら・干し椎茸 しょうが・にんにく・ねぎ・りんご ピーマン・キャベツ・にんじん・たけのこ・干し椎茸
	五目ビーフン炒め				
	エビと舞茸のばら天丼				
22 水	わかめとたまねぎの味噌汁	○	むきえび わかめ・みそ アガー	米・小麦粉・かたくり粉・油・砂糖 砂糖	まいたけ 玉葱・にんじん・はくさい りんごジュース・りんご
	りんごジュレ				
23 木	たてわりスペシャルのため、給食はありません(お弁当持参)				
24 金	塩むすび	○	焼きのり 鮭 豆腐・わかめ・みそ	米 油・さといも	かぶ・かぶ(葉)・レモン ごぼう・だいこん・にんじん・ねぎ
	鮭の塩麹焼き				
	かぶのレモンじょうゆ				
	具だくさん味噌汁				
27 月	コッパパン	○	くじら肉 鶏肉・豆乳・豆乳クリーム	コッパパン かたくり粉・小麦粉・油 油 油・じゃがいも・小麦粉・油・マーガリン	しょうが キャベツ・ホールコーン 玉葱・にんじん・グリーンピース
	くじらの竜田揚げ				
	キャベツとコーンのソテー				
28 火	クリームシチュー	○	ベーコン・豚肉 ベーコン・ひよこまめ・レンズまめ	スパゲッティ・油・小麦粉 じゃがいも・油・砂糖 油	玉葱・セロリー・にんじん・ピーマン・ マッシュルーム・パセリ キャベツ・きゅうり・にんじん・玉葱 にんにく・にんじん・玉葱・はくさい・グリーンピース
	スパゲティミートソース				
	ポテト入りサラダ				
29 水	お豆のスープ	○	豚肉	米・油・じゃがいも・マーガリン・小麦粉 オリーブ油・砂糖	にんにく・しょうが・玉葱・にんじん・りんご キャベツ・きゅうり・にんじん・玉葱・にんにく
	カレーライス				
30 木	イタリアンサラダ	○	あさりむきみ 豆腐・みそ かれい・豆腐・わかめ	米・油・上白糖 砂糖 かたくり粉	ごぼう・にんじん・しょうが・グリーンピース しょうが・にんじん・ねぎ・こまつな
	いちご				
	深川めし				
31 金	豆腐の田楽	○	豚肉・油揚げ・かまぼこ 豚肉	うどん 小麦粉・砂糖・油・ごま油・かたくり粉	にんじん・ねぎ・こまつな しょうが・にんにく・玉葱・たけのこ みかん
	白身魚のすまし汁				
	煮込みうどん				
	手作り肉まん				
	みかん				

*材料の都合などにより、献立を変更する場合があります。御了承ください。