



日	献立メモ	献立	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
1 木		あしたばパン キャベツときのこのシチュー 大根とカリカリ梅のサラダ もちもち焼きココア餅	○	牛乳、鶏もも肉、生クリーム、牛乳、 絹ごし豆腐、調製豆乳	あしたばパン、油、じゃがいも、小麦粉、 バター、ごま油、砂糖、白玉粉、粉糖	にんにく、生姜、玉葱、人参、キャベツ、 マッシュルーム、ぶなしめじ、いんげん、 大根、きゅうり、刻みカリカリ梅
2 金	2/3 節分 2/4 立春	いわしの手巻き寿司 三色お浸し 節分豆乳みそ汁 福豆	○	牛乳、いわし、焼きのり、かまぼこ、 調製豆乳、白味噌、赤味噌、福豆	米、でんぷん、砂糖、油、こんにゃく	生姜、人参、もやし、ほうれんそう、玉葱、 白菜、生しいたけ、ぶなしめじ、ねぎ
5 月		みそラーメン 揚げワンタン 中華海菜サラダ	○	牛乳、豚挽肉、赤味噌、白味噌、刻み大豆、 生わかめ	蒸し中華めん、油、ごま油、でんぷん、 ワンタンの皮、砂糖	にんにく、生姜、人参、キャベツ、 干し椎茸、きくらげ、ねぎ、ニラ、もやし
6 火	6-2家庭科 セレクト献立 海苔の日	そぼろときのの炒めごはん 野菜チップ 中華風たまごスープ みかん	○	牛乳、鶏挽肉、焼きのり、鶏もも肉、卵	米、砂糖、さつまいも、じゃがいも、油、 でんぷん、ごま油	生姜、万能ねぎ、かぼちゃ、ごぼう、 れんこん、人参、玉葱、もやし、ニラ、ねぎ、 みかん
7 水		ビスキュイパン ポトフ カレービーンズ	○	牛乳、卵、鶏もも肉、大豆、 ワインナソーゼージ	丸パン、バター、砂糖、小麦粉、でんぷん、 じゃがいも、油	人参、玉葱、キャベツ、ブロッコリー、 カリフラワー
8 木	郷土料理 「新潟県」	タレカツ丼 のっぺ バナナココアマフィン	○	牛乳、豚ひれ肉、鶏もも肉、調製豆乳	米、米粒麦、小麦粉、乾パン粉、砂糖、里芋、 こんにゃく、焼きふ(車ふ)、油、 プレミックス粉	人参、大根、ぶなしめじ、バナナ
9 金	新一年保護者会	ほうれん草と挽肉のカレー うま塩だれサラダ デコボン	○	牛乳、豚挽肉、刻み大豆	米、小麦粉、油、ごま油	にんにく、生姜、玉葱、セロリ、人参、 トマト、ほうれんそう、キャベツ、 もやし、デコボン
13 火	6-1家庭科 セレクト献立	たこめし みかんサラダ 玉ねぎスープ	○	牛乳、だし昆布、たこ、鶏もも肉	米、油、砂糖、バター	生姜、枝豆、キャベツ、きゅうり、人参、 みかん缶、玉葱
14 水	バレンタイン 献立	鮭のクリームパンネ 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	パンネ、油、小麦粉、バター、砂糖、 マーガリン、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
15 木	2/17 千切り大根の日	切り干し大根ごはん 鶏肉とコーンの揚げ煮 貝だくさんみそ汁	○	牛乳、油揚げ、鶏もも肉、木綿豆腐、 赤味噌、白味噌	米、油、砂糖、でんぷん、じゃがいも	切干し大根、人参、いんげん、にんにく、 生姜、チンゲン菜、たけのこ、ごぼう、 ホールコーン、ねぎ、大根
16 金	寒天の日	五目チャーハン わかめと豆腐の中華スープ 杏仁豆腐	○	牛乳、豚挽肉、鶏もも肉、生わかめ、 絹ごし豆腐、粉かんでん、牛乳	米、油、ごま油、砂糖、杏仁霜	にんにく、ねぎ、ホールコーン、 たけのこ、チンゲン菜、ニラ、もやし、 生姜、みかん缶、パイナップル、レモン
20 火		カレーうどん 揚げいもちもち 高野豆腐のクルトン白菜マヨサラダ	○	牛乳、豚ばら肉、粉かつお、高野豆腐	冷凍うどん、小麦粉、砂糖、じゃがいも、 でんぷん、油、ノンエッグマヨ	生姜、にんにく、玉葱、人参、ねぎ、白菜、 パプリカ(赤)、ほうれんそう
21 水		麦ごはん 豚ばらと大根の中華炒め 白身魚のウースタン はるみ	○	牛乳、豚ばら肉、ホキ、木綿豆腐	米、米粒麦、油、砂糖、でんぷん、ごま油	生姜、にんにく、人参、大根、きくらげ、 いんげん、ねぎ、チンゲン菜、はるみ
22 木		ハンズパン 手作りコロッケ 野菜のさっぱり和え 白玉サイダーボンチ	○	牛乳、白いんげんまめ、豚挽肉	ハンズパン、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、白玉団子、白玉団子(赤)、白玉団子 (緑)	人参、玉葱、ホールコーン、キャベツ、 みかん缶、パイナップル、ナタデココ
26 月		あなかけ焼きそば レンコンチップサラダ	○	牛乳、豚ばら肉、いか、ほたて貝柱、 青のり	蒸し中華めん、油、ごま油、でんぷん	にんにく、生姜、人参、玉葱、たけのこ、 もやし、白菜、きくらげ、れんこん、 キャベツ、レモン
27 火		木島平のごはん 豚の角煮 レンコンとごぼうと長芋の根菜からあげ 豆腐とわかめのみそ汁	○	牛乳、豚肩ロース、豚ばら肉、わかめ、 絹ごし豆腐、赤味噌、白味噌	米、三温糖、はちみつ、油、ながいも、 小麦粉	れんこん、ごぼう、ねぎ、えのきだけ
28 水		ごはん のり佃煮 肉豆腐 せとか	○	牛乳、刻みのみ、豚ばら肉、押し豆腐	米、砂糖、しらたき	人参、玉葱、ぶなしめじ、まいだけ、ねぎ、 せとか
29 木	世界の料理 「フランス」	チーズパン 白身魚のプロヴァンス風 大根サラダ 野菜スープ	○	牛乳、メルルーサ、ベーコン	チーズパン、でんぷん、油、オリーブ油、 砂糖	にんにく、玉葱、トマト、大根、人参、 キャベツ、もやし

※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623kcal、たんぱく質24.3g、脂質23.0g、食塩相当量2.3g

※給食費の引き落としについて

2月5日(月)に今年度最後の引き落としがあります。未納とならないよう、早めのご入金をお願いします。

(遠足や社会科見学、移動教室等の欠食分をこの引き落としで精算します。)

1年生6,906円、2年生4,004円、3年生4,072円、4年生4,072円、5年生3,020円、6年生3,020円

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、寒い冬に合う献立を発表しました。クラスから選ばれた献立を2回実施します。お楽しみに！

2/6(火) 6-2「和・洋・中のハーモニーを楽しもう！」
そぼろときのの炒めごはん、野菜チップ、中華風たまごスープ、みかん、牛乳

2/13(火) 6-1「寒い冬を明るく過ごそう献立」
たこめし、みかんサラダ、玉ねぎスープ、牛乳

