



2月 給食献立表



日	曜	献立名	赤の食べ物(おもに血・肉・骨になるもの)		緑の食べ物(おもに体の調子をととのえるもの)		黄の食べ物(おもに働く力になるもの)		備考	
			1群	2群	3群	4群	5群	6群		
			魚・肉・卵・大豆・大豆製品	牛乳・乳製品・小魚・海藻	緑黄色野菜	その他の野菜・果物・きのこ	米・パン・めん・いも	油脂・種実類		
3～7日は6年生の考えた献立週間です！										
3	月	ごはん 牛乳 たらちやんあげ さつぱりサラダ かぼちゃのみそ汁	たら	牛乳		ほうれんそう にんじん かぼちゃ だいこんぼ	はくさい コーン だいこん しめじ	ごはん さとう	バター あぶら ごま	旬だらけ！ 栄養バランス完璧 カラフル献立
4	火	ごはん 牛乳 豚肉ともちのあまからいため 白菜とささみのごまあえ いしかりなべ	ぶたにく ささみ さけ みそ	牛乳	ピーマン にんじん	たまねぎ しょうが はくさい だいこん キャベツ ねぎ	ごはん もち じゃがいも	あぶら ごま	いっきに 北海道旅行へ！ 北海道名物給食	
5	水	ごはん 牛乳 ぶりのてりやき ほうれん草のおひたし 冬のイベント汁	ぶり	牛乳		ほうれんそう もやし えのきたけ ねぎ だいこん	ごはん さとう	あぶら	ご飯が進む！ 冬を感じる ポカポカ給食	
6	木	きしめん 牛乳 ちくわのいそべあげ れんこんのきんぴら みかん	とりにく あぶらあげ かまぼこ ちくわ	牛乳	ほうれんそう あおりの	しいたけ はくさい ねぎ たまねぎ れんこん こんにやく みかん	きしめん こむぎこ さとう	あぶら ごま	愛知の食材 たくさん！ 愛知名産給食	
7	金	たきこみごはん 牛乳 飛鳥ねぎのあじ塩やき 紅白なます 体ほかほかおみそ汁	とりにく あぶらあげ あじ	牛乳	にんじん	えのき しいたけ しめじ こんにやく えだまめ ねぎ だいこん	ごはん さとう	あぶら	野菜チャージで パワーアップ！	
10	月	カレーライス 牛乳 れんこんサラダ しゅわしゅわゼリーポンチ	ぶたにく	牛乳	にんじん	たまねぎ にんにく しょうが りんご れんこん きゅうり コーン	むぎごはん ルウ じゃがいも	あぶら マヨネーズ		
12	水	パイタンラーメン 牛乳 わかめサラダ ごまだんご	ぶたにく なんと	牛乳	にら	にんにく しょうが キャベツ もやし たまねぎ ねぎ きくらげ	ちゅうかめん さとう	あぶら ごま		
13	木	ごはん 牛乳 いかフライのレモンに みつばの和え物 ちやわんむし	いか まぐろあぶらづけ みそ たまご とりにく えび なんと	牛乳	みつば	レモン ごぼう コーン	ごはん パンこ さとう さとう	あぶら マヨネーズ ごま		
14	金	ごはん 牛乳 チョココーキ 豚肉のしょうがいため 大根のそぼろに	たまご ぶたにく とりにく なまあげ	牛乳		たまねぎ もやし しょうが だいこん しいたけ えだまめ	ごはん チョコチップ さとう かたくりこ	バター あぶら	バレンタイン の献立	
17	月	ごはん 牛乳 豆腐ハンバーグ じゃがいもの青菜あえ えびしんじょのお吸い物	あひびきにく とうふ おから とうじゅう	牛乳 ひじき		たまねぎ だいこんぼ コーン	ごはん パんこ さとう じゃがいも	バター		
18	火	ごはん 牛乳 いわしのうめに きんぴらごぼう ひきずり	いわし はんぺん とりにく やきどうふ	牛乳	にんじん	うめ ごぼう はくさい ねぎ こんにやく しいたけ	ごはん さとう さとう	あぶら ごま	食育の日 ～郷土料理～	
19	水	フィッシュバーガー 牛乳 ポークビーンズ いちごみるくゼリー	ホキ ぶたにく だいたず	牛乳	パセリ トマト	キャベツ たまごたけ たまねぎ	パンズパン こめ じゃがいも	あぶら あぶら		
20	木	ごはん 牛乳 鶏肉のからあげ ほうれん草と卵の和え物 大豆のいそに	とりにく たまご まぐろあぶらづけ だいたず	牛乳	ほうれんそう	しょうが にんにく キャベツ	ごはん かたくりこ さとう	あぶら ごま	減農薬野菜 給食	
21	金	豚キムチ丼 牛乳 春雨スープ フルーツヨーグルト	ぶたにく みそ いか たまご	牛乳	にら にんじん わかめ ヨーグルト	はくさいキムチ もやし しょうが だいこん たけのこ しいたけ きくらげ	むぎごはん さとう マロニー	ごま あぶら		
25	火	ハヤシライス 牛乳 スナップえんどうのサラダ いよかん	ぶたにく みそ ハム	牛乳	トマト にんじん	にんにく たまねぎ たもぎたけ スナップえんどう きゅうり コーン	むぎごはん こむぎこ マカロニ	バター マヨネーズ	9年生はいよいよ明日で受験ラスト！ いよかん食べて、いい予感・・・♪	
26	水	ごはん 牛乳 さばのしおやき なばなのごまあえ かんとくに	さば ハム がんとどき なまあげ うずらたまご	牛乳	なばな にんじん	キャベツ だいこん こんにやく	ごはん さとう	ごま さいとも		
27	木	フレンチトースト 牛乳 イタリアンサラダ かぶと白菜のクリームに	たまご とうじゅう	牛乳	にんじん	コーン きゅうり キャベツ たまねぎ かぶ はくさい	スライスパン さとう	バター ドレッシング		
28	金	ひじきごはん 牛乳 かきあげ 切干大根のにつけ ちゃんこ	とりにく えび あぶらあげ つくね やきどうふ	牛乳 ひじき	にんじん かぼちゃ みつば いんげん にんじん	えだまめ コーン ごぼう きりぼしだいこん	ごはん さとう こむぎこ	あぶら ごま		

※献立は都合により変更する場合があります。