令和7年度（令和8年）

２月分給食献立表

実施日	曜日	献立	栄養量 エネルギー kcal	栄養量 たんぱく質 g
2	月	★節分献立 恵方巻　牛乳　冬野菜のマヨドレ つみれ汁	620	20.0
3	火	★タイムスリップ献立(昭和２０年代) コッペパン　りんごジャム　牛乳 クジラのケチャップ煮　かきたまスープ	606	29.7
4	水	★タイムスリップ献立(昭和５０年代) レトロミートソフト麺　牛乳　野菜の中華和え カスタードプリン	696	29.1
5	木	★タイムスリップ献立（現在の人気給食） きなこあげパン　牛乳　ハンガリアンシチュー フレンチサラダ	665	23.1
6	金	★タイムスリップ献立（未来の給食） さつまいもごはん　牛乳　大豆ナゲット南蛮 東京生まれ汁	646	24.6
9	月	☆６年生が考えた献立（6-2　１班） チャーハン　牛乳　油淋鶏　ワンタンスープ くだもの（せとか）	524	26.6
10	火	☆６年生が考えた献立（6-2　３班） ゆかりごはん　牛乳　ホワイトハンバーグ ヨーグルト（ぶどう）	698	29.4
12	木	☆６年生が考えた献立（6-2　４班） ココアパン　牛乳　鶏の照り焼き　ポトフ くだもの（りんご）	532	24.4
13	金	☆６年生が考えた献立（6-2　２班） ポークカレーライス　牛乳　わかめサラダ チョコプリン	665	21.0
17	火	☆６年生が考えた献立（6-1　２班） こぎつねごはん　牛乳　いももち 豚汁　くだもの（いちご）	627	21.1
18	水	☆６年生が考えた献立（6-1　４班） ほうとう　牛乳　ヤンニョムチキン フルーツヨーグルトあえ	636	27.9
19	木	しぐれごはん　牛乳　ごまあえ　すいとん汁	603	25.2
20	金	☆６年生が考えた献立（6-1　１班） 麦ごはん　牛乳　手作りコロッケ 大根サラダ　マカロニスープ	690	23.3
24	火	麦ごはん　牛乳　魚のごま味噌焼き くきわかめのきんぴら　すまし汁	556	27.0
25	水	☆６年生が考えた献立（6-2　５班） 味噌ラーメン　牛乳　ビーンズポテト くだもの（いちご）	617	25.4
26	木	☆６年生が考えた献立（6-1　５班） ピラフ　飲むヨーグルト　ハニーガーリック チキン　海藻サラダ　コーンスープ	704	25.9
27	金	☆６年生が考えた献立（6-1　３班） わかめごはん　牛乳　揚げ餃子の甘酢あんかけ 白玉フルーツポンチ	662	18.3

おたより

１年で最も寒い時期を迎えています。野菜や果物には、風邪の予防に役立つビタミン類や機能性成分が多く含まれています。旬の野菜や果物を食べて、寒さに負けない体を作りましょう。

～　未来の給食献立　～

未来の給食は、どうなっていくでしょうか？
気候変動や人口の変化によって食材の種類や産地も変化すると考えられます。一方で、植物性食品、AIや培養肉などの活用など、食のテクノロジーは大きく変化しています。
未来の給食も、子供たちの健康を支える大切な時間であることは変わりません。未来の給食を通して、食べ物を大切にし、環境や未来について考えるきっかけにしていきたいですね。

◎さつまいもご飯・・民間団体の分析では農家の高齢化、気候変動などの理由から米の生産量が将来減少する予測が出ています。給食では芋類などの提供も増えるかもしれません。

◎大豆ナゲット・・持続可能な食材として、大豆ミートを使ったナゲットに豆乳でできた代替卵のタルタルソースをかけて提供します。

◎東京生まれ汁・・気候変動や国際情勢の不安定化により、地産地消が重要視されています。今回八丈島産のさつま揚げと東京産の野菜のみを使った汁物を提供します。

～　６年生が考えた献立　～

２学期の家庭科の授業で６年生が食べ物の栄養について学び、自分たちで栄養のバランスがとれた給食を考えました。
自分たちで考えた献立を調理実習で作ってみて、味や彩り、アレルギー、調理員さんの作る工程、食べる人の事など様々なことを考え、磨きをかけた献立です。

どれも栄養満点の美味しそうな献立ですね。
ほかの学年の子たちが喜んで食べてくれるのが楽しみです！

（注1）栄養量は、中学年を1として考え、低学年0.85倍、高学年1.15倍とみてください。

（注2）食材料購入ならびに学校行事などの都合により献立を変更することがあります。

今月の目標は　　寒さに負けない食事をしよう　です

2026.2月　　大田区立萩中小学校