

大田区給食週間
(1/24~2/6)

令和7年度 2月 給食献立表



大田区立東調布第三小学校

日	主食・おかず	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	エネルギー たんぱく質
2月	ツナトースト	○	ツナ缶, ピザ用チーズ	食パン, 油	たまねぎ	563 kcal
	ひよこ豆入りトマトスープ		鶏肉, 鳥がら, ひよこまめ	油	たまねぎ, にんじん, しょうが, キャベツ, ホールトマト	25.6 g
	コールスローサラダ			サラダ油, 砂糖, エッグケアマヨネーズ	にんじん, キャベツ, きゅうり	
3火	大豆と青のりごはん	○	大豆, ちりめんじゃこ, 青のり	米, 麦, 油		600 kcal
	五目きんぴら 節分献立		豚肉もも	油, つきこんにゃく, 砂糖	ごぼう, にんじん, さやいんげん	26.6 g
	いわしのつみれ汁		削り節, 昆布, いわしすり身	油, さといも, でん粉	ごぼう, にんじん, だいこん, しょうが, ねぎ	
4水	そばろごはん みそ汁の具人気投票	○	鶏肉	米, 麦, 油, 砂糖	ごぼう, にんじん, さやいんげん	498 kcal
	魚の西京焼き 1位...白菜 2位...小松菜 3位えのきたけ		ホキ	砂糖		27.2 g
	田舎汁		削り節, 豆腐	米, 麦, 油, 砂糖	にんじん, はくさい, 小松菜, えのきたけ	
5木	みそ煮込みうどん	○	昆布, 厚削り節, 豚肉	油, 砂糖, 冷凍うどん	にんにく, ごぼう, にんじん, だいこん, たまねぎ, ねぎ, 小松菜	704 kcal
	鶏の名古屋風唐揚げ		鶏肉切り身	でん粉, 三温糖, 白いりごま	にんにく, しょうが	28.6 g
	果物 図書コラボ 名古屋うみゃーもんのうた				かんきつ類	
6金	のりの佃煮ごはん	○	もみのり	米, 麦, 砂糖, 水あめ		515 kcal
	魚のピリ辛焼き		メルルーサ	砂糖	にんにく, しょうが, たまねぎ, ねぎ	26.2 g
	豚汁		削り節, 豚肉, 豆腐	油, こんにゃく	ねぎ, ごぼう, だいこん, にんじん	
9月	五目うどん	○	昆布, 厚削り節, 鶏肉, 油揚げ	冷凍うどん	にんじん, たまねぎ, だいこん, しめじ, 小松菜	615 kcal
	おひたし			三温糖	小松菜, キャベツ, もやし	23.7 g
	みたらし団子			白玉粉, 砂糖		
10火	ココアパン	○		ココアパン		629 kcal
	ポークシチュー		豚肉もも, 鳥がら	油, 三温糖, じゃがいも, 砂糖, ソイレプール	にんにく, にんじん, たまねぎ, マッシュルーム, しょうが, パセリ	26.1 g
	ビーンズサラダ		鳥がら, うずら豆	三温糖, サラダ油	にんじん, キャベツ, きゅうり, ホールコーン	
	果物				いちご	
12木	きんぴらごはん	○	昆布, 豚肉, 油揚げ	米, 油, 砂糖, ごま油, じゃがいも	ごぼう, にんじん	596 kcal
	鶏肉の塩麴焼き		鶏肉切り身			25.5 g
	じゃがいもとたまねぎのみそ汁		削り節	米, 油, 砂糖, ごま油, じゃがいも	ごぼう, にんじん, たまねぎ, 小松菜	
13金	キーマカレー バレンタイン献立	○	豚肉, 大豆	油, 米, 麦, サラダ油	にんにく, しょうが, セロリー, にんじん, たまねぎ	581 kcal
	コーンサラダ			サラダ油, 砂糖	にんじん, キャベツ, きゅうり, ホールコーン	22.5 g
	米粉のガトーショコラ			砂糖, 油, 乳成分不使用チョコレート, 米粉		

17 火	とりめし	○	鶏肉, 油揚げ	米, 麦, 砂糖	にんじん, ごぼう, 干しいたけ	593 kcal
	魚の香味焼き		生鮭	ごま油	にんにく, しょうが, ねぎ	35.2 g
	豆豚汁		削り節, 豚肉, 大豆, 豆腐	米, 麦, 砂糖, ごま油, 油, こんにゃく	にんじん, ごぼう, だいこん, ねぎ	
18 水	ポークカレー	○	鳥がら, 豚ひれ	米, 麦, 油, じゃがいも	しょうが, にんにく, にんじん, たまねぎ, 福神漬	619 kcal
	ツナサラダ		ツナ	砂糖, サラダ油	キャベツ, きゅうり, にんじん	23.5 g
	オレンジゼリー		粉寒天	砂糖	オレンジジュース	
19 木	わかめごはん	○	炊き込みわかめ	米, 麦		626 kcal
	さかなの竜田揚げ		めかじき	でん粉, 油	しょうが	33.2 g
	鶏肉とじゃがいもの煮物		鶏肉	油, こんにゃく, じゃがいも, 砂糖	しょうが, にんじん, たけのこ, だいこん, 小松菜	
20 金	きじ焼き丼	○	鶏肉切り身, きざみのり	米, 麦, 油, 砂糖, ごま油		618 kcal
	大根のあえ物			砂糖, ごま油, 白いりごま	だいこん, にんじん, きゅうり	27.0 g
	さつま汁		削り節, 昆布, 豚肉	米, 麦, 油, 砂糖, ごま油, 白いりごま, さつまいも	だいこん, にんじん, えのきたけ, 小松菜	
24 火	ご飯	○		米		589 kcal
	みそだれハンバーグ		豚肉, 干ひじき, 調製豆乳		たまねぎ, えのきたけ,	26.2 g
	みぞれ汁		鶏肉, 削り節, 昆布	じゃがいも, つきこんにゃく	たまねぎ, えのきたけ, キャベツ	
25 水	黒砂糖パン	○		黒砂糖パン		569 kcal
	コーンシチュー		豚肉, 鳥がら, 調製豆乳	油, じゃがいも	たまねぎ, にんじん, しょうが, クリームコーン, ホールコーン	20.9 g
	キャロットゼリー		粉寒天	砂糖	オレンジジュース, にんじん, レモン汁	
26 木	カレードリア	○	鳥がら, 鶏肉	米, 麦, サラダ油	しょうが, たまねぎ, にんじん	719 kcal
	キャベツとチキンハムのサラダ		チキンハム	サラダ油, 砂糖	キャベツ, にんじん, きゅうり	
	くだもの				かんきつ類	
27 金	ココア揚げパン	○		コッペパン, 油, 砂糖, グラニュー糖		618 kcal
	タンドリーチキン		鶏肉切り身, ソイヨーグルト	油, 砂糖	にんにく, しょうが	26.7 g
	かぼちゃのシチュー		鶏肉, 豆乳	油, ソイレブール, 米粉	にんじん, たまねぎ, かぼちゃ, パセリ	

《お知らせ》

- ・行事食や食材購入の都合により、献立や材料が変更になる場合があります。ご了承ください。
特に野菜や果物は、天候による不作、価格高騰などの理由で、急遽変更になることがあります。