

令和7年度

給食献立表

2月

目標

寒さに負けない食事をしよう

おたより

2026年2月4日は「立春」で、冬が終わり、春のはじまりとされる日とされています。こよみの上では春ですが、まだまだ寒い日が続きます。バランスの良い食事を心がけ、元気に過ごしましょう。

今月の献立ピックアップ

2日(月) 郷土料理献立：長野県

キムタクごはんは長野県の給食から誕生した特産のたくあんとキムチを炒め合わせた食感とうま味が人気の料理です。

3日(火) 行事食：節分

節分とは季節の変わり目の日として立春の前の日をいいます。悪いことを追いはらうために、豆まきをしたり、イワシの頭をひいらぎの枝にさし玄関にかざったりします。給食では大豆を使った節分ごはんといわしの蒲焼風がです。

6日(金) 海苔の日・給食のはじまり献立

2月6日は「海苔の日」。日本の海苔養殖は、大田区大森から始まったとされています。この日は、のりとひじきの佃煮と明治22年の学校給食の始まりにちなんで和食の献立を提供します。

16日(月) 食いしん坊はねびょん未来いきいき献立

東邦大学と連携し開発されたおいしく好き嫌いなく食べられるように食材の組み合わせや調理方法を工夫した偏食改善献立を提供します。

本とのコラボ給食

9日(月) 男子☆弁当部

ひょうなことから弁当を作らないといけなくなった男の子たちが、失敗を繰り返しながらも、誰かのために作る喜びや料理の楽しさに自覚めていく物語です。彼らが初めて完成させた料理にちなんで、給食ではビビンバがです。

17日(火) ふしぎ駄菓子屋 銭天堂

不思議な駄菓子屋『銭天堂』の店主の紅子が売る特別な駄菓子には、食べた人の願いをかなえる力がありますが、使い方を間違えると予想外の結果を招くことも。給食ではごめんラーメンとラッキービーンズポテトがです。

19日(木) アーヤと魔女

孤児院から魔女の家へ引き取られた女の子アーヤが、持ち前の賢さでたくましく魔法を操っていく物語です。給食には、アーヤが「世界で一番おいしい！」と絶賛した、お肉とマッシュポテトを重ねて焼いたシェパーズパイが登場します。物語の舞台であるイギリスで人気のマリガトニスープと一緒に、物語の世界を楽しみましょう！

20日(金) ぐりとぐら

お料理することと食べることが何より好きな野ねすみのぐりとぐらが、森でつけた大きな卵を使って大きなカステラを作るお話です。給食では大きな鉄板で焼いて切り分けたぐりとぐらのカステラをだします。

実施日	曜日	牛乳	献立	エネルギー(kcal)	たんぱく質(g)
2月			キムタクごはん、揚げぎょうざ、白菜と油揚げの味噌汁	604	27.9
3火			節分ごはん、いわしの蒲焼風、さつま汁	600	26.7
4水			スパゲティ・みそミートソース、ひじきとコーンのサラダ、くだもの(りんご)	569	24.5
5木			ココア揚げパン、大根のごまドレサラダ、ABCマカロニスープ	537	17.5
6金			海苔の日・給食のはじまり献立 玄米ごはん、のりとひじきの佃煮、焼き魚、すいとん	634	24.4
9月			ビビンバ丼、ポテトサラダ、チゲスープ、くだもの(かんきつ)	596	24.1
10火			パンPKパン、きのこソースハンバーグ、コーンポテト、白菜とベーコンのスープ	535	25.9
12木			炒り豆腐の混ぜごはん、魚とごぼうの磯香揚げ、ごまみそ汁、	653	25.1
13金			コーンライス・ひよこ豆のトマトスープ、チョコパイ	659	22.0
16月			【食いしん坊はねびょん未来いきいき献立】 むぎ麦ごはん、きのこメンチカツ、キャベツのおかか和え、豆腐のみそ汁	592	22.7
17火			ごめんラーメン(キムチ味)、ラッキービーンズポテト、くだもの(かんきつ)	619	27.0
18水			ごまごはん、手作りさつま揚げ、豆豚汁、昆布サラダ	637	26.9
19木			セサミパン、シェパーズパイ、マリガトニスープ	563	27.5
20金			麻婆豆腐丼、チンゲン菜のスープ、ぐりとぐらのカステラ	635	24.3
24火			ソフトフランスパン、マカロニのクリーム煮、ビーンズサラダ	572	23.4
25水			鮭わかめごはん、親子たまご焼き、田舎汁	583	27.1
26木			【6年生を送る会】 6年生にアンケートをとった結果1番人気でした！	631	16.8
27金			カレーライス、バリバリサラダ、くだもの(かんきつ)	611	24.2

1日当たりの平均栄養価	エネルギー kcal	たんぱく質 g	脂質 g	ナトリウム (食塩相当量) mg	カルシウム mg	鉄 mg	ビタミンB1 mg	ビタミンB2 mg	ビタミンC mg	食物繊維 g	マグネシウム mg	亜鉛 mg	
	602	24.4	21.1	2.1	326	2.1	246	0.31	0.51	27	7.0	91	2.6

(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。