

きゅうしょくこんだてひょう
給食献立表もくひょう
目標 もくひょう
さむ ま しょくじ
寒さに負けない食事をしようおおたくりつまごめいにしょうがっこう
大田区立馬込第二小学校

実施日	曜日	牛乳	こん 献	だて 立	栄 養 量	お た よ り								
					エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)								
2月	月	牛乳	きょうじょくこんだて郷土料理献立:長野県 揚げようざ、白菜と油揚げの味噌汁	キムタクごはん、 せつぶん 節分ごはん、 いわしの蒲焼風、さつま汁	604	27.9								
3火	火	牛乳	おおたくがくくわん 大田区学校給食月間 行事食:節分	スパゲティーミソミートソース、 ひじきとコーンのサラダ、くだもの(りんご)	600	26.7								
4水	水	牛乳	おおたくがくくわん 大田区発祥	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	569	24.5								
5木	木	牛乳	おおたくがくくわん 大田区発祥	玄米ごはん、 のりとひじきの佃煮、焼き魚、すいとん	537	17.5								
6金	金	牛乳	のりのひ 海苔の日・給食のはじまり献立	ビビンバ丼、ポテトサラダ、チゲスープ くだもの(かんきつ)	634	24.4								
9月	月	牛乳	パンプキンパン、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	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だ和食の献立を提供します。	596	24.1								
10火	火	牛乳	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。	16日(月) 食いしん坊はねびょん未来いきいき献立 策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。	535	25.9								
12木	木	牛乳	コーンライス・ひよこ豆のトマトスープ チョコパイ	17日(火) ふしぎ駄菓子屋 錢天堂 不思議な駄菓子屋『錢天堂』の店主の紅子が売る特別な駄菓子には、食べたひと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あります。給食ではごめんラーメンとラッキーピーンズポテトができます。	653	25.1								
13金	金	牛乳	【食いしん坊はねびょん未来いきいき献立】 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	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バーズパイが登場します。物語の舞台であるイギリスの人気のマリガトーニスープと一緒に、物語の世界を楽しめましょう!	592	22.7								
16月	月	牛乳	ごめんラーメン(キムチ味)、 ラッキーピーンズポテト、くだもの(かんきつ)	19日(木) アーヤと魔女 ダイアナ・ワイン・ジョンズ(作)(福音書店)	619	27.0								
17火	火	牛乳	ごまごはん、手作りさつま揚げ、 豆豚汁、昆布サラダ	20日(金) ぐりとぐら なかがわ りえこ(作)、やまわき ゆりこ(絵)(福音書店)	637	26.9								
18水	水	牛乳	セサミパン、シェバーズパイ、 マリガトーニスープ	お料理することと食べることが何よりも好きな野ねずみのぐりとぐらが、森で見つけた大きな卵を使って大きなカステラを作るお話をします。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いただします。	563	27.5								
19木	木	牛乳	まーぼーどうふどん 麻婆豆腐丼、チンゲン菜のスープ、 ぐりとぐらのカステラ	配慮する栄養素	635	24.3								
24火	火	牛乳	ソフトフランスパン、マカロニのクリーム煮、 ピーンズサラダ		572	23.4								
25水	水	牛乳	さけ 鮭わかめごはん、親子たまご焼き、田舎汁		583	27.1								
26木	木	牛乳	【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! カレーライス、パリパリサラダ、くだもの(りんご)		631	16.8								
27金	金	牛乳	ごもく 五目うどん、いかとさつまいものかき揚げ、 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) g	カルシウム mg	鉄 mg	レチノール μgRE	ビタミン B ₁ mg	ビタミン B ₂ 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。