

令和6年度（令和7年）

家庭数



2月分給食献立表



目 標 行事の食事や地域の食事を知ろう

大田区立大森第一小学校

実施 日	曜 日	献立	栄 養 量		おかずの作り方・おたより
			エネルギー	たんぱく質	
3	月	大豆と青のりのごはん 牛乳 五目きんぴら いわしのつみれ汁	kcal 542	g 22.5	2月3日は立春です。暦の上では春ですが、寒さはもうしばらく続きます。また、かぜやインフルエンザなどがはやる季節です。手洗いやうがい、栄養、睡眠に留意して元気に過ごしましょう。 2月6日は「海苔の日」です 海苔はかつて、価値の高い食品とされており、大宝律令の中で「諸国指定産物」とされ、大宝2年から年貢の対象産物となりました。その歴史から2月6日が海苔の日となりました。昭和37年の埋め立てにより、大森の海苔養殖の歴史は閉じられましたが、今も多くの海苔問屋が残り、日本全国から海苔が集まり、全国に販売される海苔流通の要として生き続けています。こうした背景から、大田区が応援するふるさとの名物として「大森海苔」があります。 大田区では先月1月24日から2月6日の海苔の日までを「大田区学校給食週間」となりました。今年はこの海苔の日に給食で焼き海苔を出します。地域の食の歴史として、長く受け継がれてほしいものです。 食いしん坊 はねぴょんが決まりました！ 11月に全校児童が投票した、大田区学校給食の新しいキャラクター、『食いしん坊 はねぴょん』が決まりました。 大田区の学校給食をこれからいっしょに盛り上げてくれることでしょう！  ©大田区
4	火	麦ごはん 牛乳 チキンの香味ソース キャベツサラダ ミネストローネスープ	633	22.3	
5	水	カレー風味トースト 牛乳 ひよこ豆のチーズシチュー れんこんチップスサラダ	627	23.2	
6	木	胚芽ごはん 焼のり 牛乳 魚の西京焼き ごまあえ 五目汁	538	26.1	
7	金	チキンライス 牛乳 スパニッシュオムレツ 白菜とベーコンのスープ	605	26.4	
10	月	★みそラーメン 牛乳 ビーンズポテト くだもの	563	24.2	
12	水	♪開校150周年記念給食♪ うなぎちらし 牛乳 ゆず香大根 すまし汁	539	21.9	
13	木	玄米ごはん 牛乳 厚揚げの豚もやしあんかけ わかめとツナのマヨ和え	592	25.0	
14	金	♪誕生会給食♪ ココアパン 牛乳 チャウダー バランスサラダ	546	20.2	
17	月	ごまごはん 牛乳 ★揚げぎょうざ チャーホーサイ わかめスープ	582	20.8	
18	火	スパゲッティきのこクリームソース 牛乳 白菜とコーンのサラダ	558	22.5	
19	水	わかめごはん 牛乳 大根と豚肉のべっこう煮 わかさぎのから揚げ	535	19.1	
20	木	♪6年生を送る会♪ チョコチップパン 牛乳 煮込みハンバーグ ジャーマンポテト トマトスープ デザートプリン	686	27.6	
21	金	豆入り中華おこわ 牛乳 豆腐ボールの甘酢あんかけ にらたまスープ	567	23.0	
25	火	カレーライス 福神漬 牛乳 わかめサラダ	657	20.8	
26	水	肉野菜うどん 牛乳 レバーとじゃがいもの香味揚げ くだもの	581	26.9	
27	木	麦ごはん お魚ふりかけ 牛乳 麩入り肉じゃがが煮 大根サラダ	546	21.0	
28	金	ガーリックチーズトースト 牛乳 チキントマトシチュー もやしのカレー風味	579	24.4	

♡♦♠☆♡♦♠☆♡♦♠☆♡♦♠☆♡♦♠☆

今年度は特別に、PTAさんから、おいしいプレゼントがあるそうです。毎日ががんばっている、大一小のみなさんに、楽しみとなるものをと考えて、用意していただきました。

150周年の開校記念日、2/12（水）の給食の時間に配られます。お楽しみに！

											配慮する栄養素		
1日あたりの 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	レチノール当量 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
	582	23.2	22.5	2.1	339	2.2	477	0.38	0.64	27	6.2	83	2.9

(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。