



令和8年 2月分 よていこんだてひょう



戸田市立新曽小学校

ひ ようび	りょうり しゅるい	こんだてめい	しょくひんめい				もりつけ みほん	エネルギー (和加リ)	たんぱく質 (グラム)
			ねつやちからになる	ちやにくをつくる	からだのちょうしをととのえる	ちょうみりょう・そのた			
2 (月)	のみもの	ぶどうジュース			ぶどうかじゅう			612	27.7
	しゅしよく	ごはん	こめ			4			
	ふくさい	てづくりふりかけ	さとう ごま	かつおぶし こんぶ のり		醤油 味噌			
	しゅさい	にくじゃが	じゃがいも さとう	ふたにく	こんにゃく たまねぎ しいたけ にんじん いんげん	醤油 酒 塩			
	しるもの	きりたんぼじる	きりたんぼ	とりにく	しめじ ごぼう こんにゃく ねぎ せり	鰹だし 煮干だし 昆布だし 酒 塩 醤油 味噌			
せつぶん こんだて									
3 (火)	のみもの	ぎゅうにゅう			ぎゅうにゅう			640	28.5
	しゅしよく	むぎごはん	こめ むぎ						
	ふくさい	いわしのかばやきどん	あぶら かたくりこ さとう	いわし		醤油 酒			
	しるもの	おにたいじサラダ	ごまあぶら ごま さとう	かまぼこ いか	キャベツ きゅうり とうもろこし	醤油 酢			
	デザート	いよかん			いよかん				
4 (水)	のみもの	ぎゅうにゅう			ぎゅうにゅう			571	18.7
	しゅしよく	ターメリックライス	こめ むぎ オリーブオイル			ターメリック			
	ふくさい	チリビーンズ	オリーブオイル さとう バター(乳不使用) こむぎこ	いんげんまめ ひよこまめ だいず ふたにく ベーコン	にんじん にんにく トマト たまねぎ	鶏がら 塩 胡椒 醤油 パプリカ ガー クチャップ			
	しるもの	オニオンスープ	オリーブオイル	ベーコン	にんじん たまねぎ マッシュルーム パセリ	鶏がら 塩 胡椒			
	デザート	スウィートスプリング			スウィートスプリング				
5 (木)	のみもの	ぎゅうにゅう			ぎゅうにゅう			593	23.5
	しゅしよく	ちゃめし	こめ			醤油 酒			
	しゅさい	おでん	じゃがいも ちくわぶ かたくりこ	こんぶ ちくわ とりにく さつまあげ	だいこん にんじん こんにゃく しょうが ねぎ	鰹だし 煮干だし 昆布だし 醤油 酒 塩 みりん			
	ふくさい	ねりごまあえ	さとう ねりごま すりごま		こまつな にんじん もやし	醤油 味噌			
	デザート	「おかし」な「たまご」	さとう	アガー	もも りんごかじゅう				
冬季五輪*イタリアのミラノ・コルティナ*開幕 「イタリア」料理の給食です									
6 (金)	のみもの	ぎゅうにゅう			ぎゅうにゅう			634	24.0
	しゅしよく	スパゲティ	スパゲティ オリーブオイル			塩			
	ふくさい	ミートソース	オリーブオイル さとう	ぎゅうにく だいず	にんにく セロリ にんじん たまねぎ パセリ トマト マッシュルーム	パプリカ 塩 胡椒 デミタリス クチャップ 醤油 パプリカ			
	しるもの	イタリアンサラダ	オリーブオイル さとう		キャベツ きゅうり ブロッコリー あかパプリカ きパプリカ たまねぎ	りんご酢 塩 胡椒			
	デザート	パンナコッタ	みずあめ さとう	とうにゅう	みかんかじゅう				
9 (月)	のみもの	ぎゅうにゅう			ぎゅうにゅう			612	24.9
	しゅしよく	まるパン	こむぎこ			イースト 塩			
	しゅさい	ホワイトフィッシュ	あぶら パンこ バターミックス	たら		塩 胡椒			
	ふくさい	ポテトサラダ	じゃがいも マヨネーズ(卵不使用)		にんじん きゅうり	塩 胡椒 酢			
	しるもの	まめまめチャウダー	こむぎこ オリーブオイル バター(乳不使用) あぶら	とりにく いんげんまめ ひよこまめ とうにゅう	セロリ たまねぎ にんじん	塩 胡椒 パプリカ 鶏がら			
6年2組 こんだて 「寒さに負けない最強給食」									
10 (火)	のみもの	ぎゅうにゅう			ぎゅうにゅう			593	23.4
	しゅしよく	キムタクごはん	こめ むぎ ごまあぶら ごま	ふたにく	はくさいのキムチ はねぎ つぼづけ	醤油			
	しゅさい	とりにくとだいこんのしょうがやき	かたくりこ さとう	とりにく	だいこん たまねぎ はねぎ にんにく しょうが	醤油 味噌 酒 塩 胡椒			
	デザート	おしるこ	しらたまだんご さとう	あずき		塩			
「冬に食べる給食は寒さに負けないような、からだが温まる(しょうが)をつかって作りました」									
11 (水)	建国記念(けんこくきねん)の日								
12 (木)	のみもの	ぎゅうにゅう			ぎゅうにゅう			561	26.2
	しゅしよく	むぎごはん	こめ むぎ						
	しゅさい	しせんとろふ	あぶら さとう かたくりこ ごまあぶら	ふたにく だいず とうふ	にんにく しょうが たまねぎ だけのこ いら にんじん しいたけ	鶏がら 醤油 豆板醤			
	しるもの	はくさいのキムチあえ	ごま ごまあぶら		はくさい きゅうり	キムチの素 塩			
13 (金)	のみもの	ぎゅうにゅう			ぎゅうにゅう			668	25.1
	しゅしよく	チキンパエリア	こめ むぎ オリーブオイル バター(乳不使用)	とりにく ソーセージ	しょうが にんにく たまねぎ にんじん パプリカ ピーマン	鶏がら サラダ 塩			
	しゅさい	ホキのバジルフライ	あぶら パンこ	ほき	にんにく	バジル 塩			
	ふくさい	キャベツとベーコンのスープ	オリーブオイル	ベーコン	にんじん たまねぎ キャベツ マッシュルーム	塩 胡椒 鶏がら			
	デザート	てづくりチョコレートケーキ	さとう こむぎこ ココア バター(乳不使用)	とうふ とうにゅう たまご		塩 バニラエッセンス パプリカ ガー			





令和8年 2月分 よていこんだてひょう

(うらめん)

戸田市立新曽小学校

ひ ようび	りょうり しゅるい	こんだてめい	しょくひんめい				もりつけ みほん	エネルギー (和加リ)	たんぱく質 (グラム)
			ねつやちからになる	ちやにくをつくる	からだのちやしをととのえる	ちようみりよう・そた			
16 (月)	のみもの	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう				583	24.0
	しゅしよく	むぎごはん	こめ むぎ						
	しゅさい	ハヤシライス	さとう 卵 アブラ こむぎこ あぶら バター (乳不使用)	ふたにく だいず	にんじん たまねぎ トマト マッシュルーム	デミ ライス 塩 ウスターズ 胡椒 ケチャップ ワイン 鶏がら 醤油 中濃ソース			
	ふくさい	グリーンサラダ	さとう オリーブオイル		キャベツ きゅうり えだまめ	塩 胡椒 りんご酢			
17 (火)	のみもの	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう				592	25.2
	しゅしよく	ごはん	こめ						
	しゅさい	さけのざんぎ	こま かたくりこ あぶら	さけ	しょうが にんにく	醤油 酒			
	ふくさい	かぼちゃのカレーサラダ	マヨネーズ (卵不使用)	ハム	かぼちゃ きゅうり にんじん	塩 胡椒 加-粉			
	しるもの	やさいスープ		ベーコン	にんじん たまねぎ パセリ キャベツ とうもろこし	鶏がら 塩 胡椒 醤油			
18 (水)	のみもの	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう				587	29.6
	しゅしよく	むぎごはん	こめ むぎ						
	しゅさい	おやこどん	あぶら さとう かたくりこ	とりにく たまご	たまねぎ しいたけ みつば	酒 塩 出汁 みりん 醤油			
	ふくさい	キャベツのしおこんぶあえ	ごまあぶら ごま	しおこんぶ	キャベツ きゅうり	塩			
3年4組 リクエスト給食 「チーズふうイン・ハンバーグ」									
19 (木)	のみもの	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう				621	25.7
	しゅしよく	ガーリックライス	こめ むぎ オリーブオイル	ベーコン	にんにく たまねぎ パセリ マッシュルーム	塩 ワイン 胡椒 醤油			
	しゅさい	チーズふうインハンバーグ	さとう オリーブオイル あぶら とんし	とりにく ふたにく だいず	たまねぎ トマト にんにく しょうが	ケチャップ デミ ライス ウスターズ 塩 醤油			
	しるもの	しろいんげんまめのシチュー	あぶら こむぎこ バター (乳不使用)	とりにく いんげんまめ とうにゅう	にんじん たまねぎ マッシュルーム	塩 胡椒 鶏がら ワイン			
	デザート	りんご			りんご				
20 (金)	のみもの	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう				648	31.0
	しゅしよく	ほうとう	ほうとう			だし汁			
	しゅさい	みそほうとう		とりにく あぶらあげ みそ	はくさい にんじん だいこん しいたけ ねぎ かぼちゃ	鰹だし 煮干だし 昆布だし 酒 醤油			
	デザート	フルーツポンチ	ぶどうゼリー さとう		みかん バインアップル りんご	ワイン			
23 (月)	天皇誕生日								
6年3組 こんだて 「中華」									
24 (火)	のみもの	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう				582	18.7
	しゅしよく	チャーハン	こめ むぎ あぶら こまあぶら	たまご やきふた	にんじん ねぎ	酒 醤油 塩 胡椒 中華スープ			
	しゅさい	はるまき	こむぎこ あぶら でんぶん みずあめ こめこ とんし はるさめ こまあぶら	ふたにく	しいたけ しょうが にんじん たまねぎ キャベツ	塩 醤油			
	ふくさい	はるさめサラダ	はるさめ あぶら こまあぶら さとう	ハム	にんじん きゅうり もやし	酢 辛子粉 醤油			
	しるもの	わかめスープ	ごまあぶら ごま	わかめ	たまねぎ にんじん ねぎ えのき	塩 醤油 胡椒 酒 鶏がら			
「中華料理は好きな人が多いだろう、給食もあまり残らないかな?」と、考えてくれました!									
たけのこ学級 リクエスト給食 「からあげ」									
25 (水)	のみもの	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう				688	31.9
	しゅしよく	ごはん	こめ						
	しゅさい	からあげ	かたくりこ あぶら	とりにく	しょうが にんにく	醤油 酒			
	ふくさい	いそかあえ	さとう	のり	こまつな にんじん もやし	醤油			
	しるもの	キムチチゲ	ごまあぶら さとう	ふたにく とうふ みそ	はくさい ねぎ なら にんにく にんじん	酒 キムチの素 味醂 醤油			
	デザート	ミニフィッシュ	さとう	かたくちいわし		塩			
26 (木)	のみもの	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう				612	32.3
	しゅしよく	ごはん	こめ						
	しゅさい	かつおのケチャップあえ	かたくりこ あぶら さとう	かつお		ケチャップ ウスターズ			
	しゅさい	ひじきのにももの	さとう	とりにく ひじき だいず あぶらあげ	にんじん こんにゃく いんげん	酒 醤油 味醂 だし汁			
	ふくさい	けんちん汁		あぶらあげ とうふ	ごぼう だいこん しめじ こんにゃく にんじん ねぎ	鰹だし 煮干だし 昆布だし 味醂 塩 醤油			
デザート	はるか			はるか					
5年1組 リクエスト給食 「ココアあげぱん」									
27 (金)	のみもの	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう				604	25.6
	しゅしよく	ココアあげぱん	パン あぶら さとう ココア			塩			
	しゅさい	トマトパジルのポークビーンズ	オリーブオイル じゃがいも	だいず ふたにく	たまねぎ にんじん セロリ マッシュルーム トマト	鶏がら ケチャップ 醤油 胡椒 ウスターズ パジル粉			
ふくさい	はなやさいサラダ	オリーブオイル さとう		フロッキー カリフラワー とうもろこし たまねぎ	りんご酢 塩 胡椒 醤油				

※ 使用している食材をすべて記載しているわけではありません。
 食物アレルギー等のお問い合わせは、栄養教諭までご相談ください。
 ※ 材料の入荷等の都合により、献立を変更することがありますのでご了承ください。
 ※ 栄養価は8訂成分表で計算しています。

	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂質 (g)	炭水化物 (g)	塩分 (g)
1ヶ月平均	611	25.9	20.9	81.2	2.3
文部科学省基準	650	21~33	14~22	80~110	2.0