



# 2025年度2月給食予定献立表

町田市立三輪小学校



日	献立名	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・ 食塩相当量	一口メモ
2月	いなり混ぜごはん ぶりの照り焼き 野菜のごまあえ 豆腐とわかめの味噌汁 ～行事食～ 「初午」	○	牛乳 油揚げ ぶり 豆腐 みそ わかめ	精白米 さとう あぶら ごま	にんじん ごぼう キャベツ もやし こまつな えのきたけ だいこん たまねぎ	585 kcal 26.9 g 2.2 g	2月2日～13日 読書週間 「読書週間」が始まります。期間中は、本のメニューをイメージした給食を作ります。この機会に、いろいろな本を読んでみてくださいね！ 行事食
3火	節分ごはん いわしのかば焼き 野菜のみそ汁 果物（ぼんかん） ～行事食～ 「節分」	○	牛乳 大豆 油揚げ いわし 豆腐 みそ	精白米 あぶら でんぶん さとう ごま じゃがいも	にんじん しょうがだいこん たまねぎ はくさい ねぎ ぼんかん	620 kcal 25.6 g 2.2 g	
4水	五目チャーハン 町田市産キムチのワタンスープ 町田産ゆずゼリー 	○	牛乳 豚肉 生揚げ みそ まるごとぜんぶ町田の本	精白米 押麦 あぶら ごま ワタンの皮 ごま油 ゆずゼリー	にんじん たまねぎ ねぎ 赤ピーマン ほうれんそう だいこん はくさい キムチ チンゲンサイ	545 kcal 19.2 g 1.8 g	
5木	ソフトフランスパン チリコンカン バジルドレッシングサラダ 果物（はるみ）	○	牛乳 大豆 豚肉 パンどろぼうとなそのフランスパン	パン あぶら じゃがいも さとう	にんにく たまねぎ にんじん トマト缶 パプリカ(粉) グリンピース キャベツ とうもろこし れんこん バジル(粉) はるみかん	500 kcal 23.7 g 2.0 g	
6金	ご飯 コロッケ 野菜のゆかり和え なめこのみそ汁	○	牛乳 豚肉 大豆 豆腐 みそ わかめ 11ぴきのねことあほうどり	精白米 じゃがいも あぶら さとう 乾燥マッシュポテト 小麦粉 パン粉	たまねぎ にんじん もやし きゅうり ゆかり だいこん なめこ ねぎ	628 kcal 23.9 g 2.0 g	2月も暦にちなんで行事食を作ります。～2月2日～「初午」献立
9月	ご飯 こんごろじゃがいものそぼろあん くきわかめのきんぴら 果物（甘平）	○	牛乳 豚肉 くきわかめ こんごろじゃがいも	精白米 じゃがいも あぶら さとう でんぶん こんにゃく ごま	にんじん たまねぎ しいたけ えだまめ ごぼう かんべい	614 kcal 19.8 g 1.8 g	～2月3日～「節分」献立
10火	ミルクパン 飲むヨーグルト ムサカ ひよこ豆のスープ	のヨーグルト	飲むヨーグルト 豚肉 牛乳 チーズ ベーコン ひよこめ ～世界の味めぐり～「ギリシャ」	パン あぶら じゃがいも バター 米粉	にんにく たまねぎ にんじん パプリカ(粉) トマト缶 なす キャベツ パセリ レモン	587 kcal 23.3 g 2.7 g	いなしのかば焼き 世界の味めぐり
12木	こまったさんのいかりカレーライス 野菜のじゃこ和え 果物（いちご）	○	牛乳 豚肉 いかり ちりめんじゃこ こまったさんのカレーライス	精白米 あぶら じゃがいも 薄力粉 ごま油 さとう ごま	たまねぎ にんにく しょうが にんじん もやし きゅうり いちご	572 kcal 19.9 g 2.0 g	2月10日 ～ギリシャ～ 2月はミラノ・コルティナオリンピックが開催されます。給食では、近代オリンピック第1回大会の開催地「ギリシャ」の料理を作ります。
13金	ミートソーススパゲッティ 野菜のハニーマスタード チョコチップケーキ	○	牛乳 豚肉 大豆 豆乳 ルルとらうのカップケーキ	スパゲッティ あぶら 米粉 はちみつ さとう 小麦粉 チョコチップ	しょうが にんにく にんじん たまねぎ えのきたけ キャベツ きゅうり こまつな	650 kcal 21.9 g 1.9 g	ムサカ ギリシャの伝統的な家庭料理です。ひき肉のトマトソースやなす、じゃがいも、ホワイトソースを層にしてオーブンで焼き上げます。
16月	ビビンバ 青のりビーンズ トックスープ	○	牛乳 豚肉 油揚げ 大豆 あおのり 鶏肉	精白米 押麦 あぶら さとう ごま でんぶん トック	にんにく しょうが にんじん だいずもやし もやし こまつな たまねぎ だいこん はくさい ねぎ なら チンゲンサイ	600 kcal 23.1 g 2.1 g	
17火	なめし ひじきと大豆入りのたまご焼き 青菜の酢味噌あえ のっぺい汁	○	牛乳 鶏肉 ひじき 大豆 鶏卵 みそ 豚肉 豆腐 油揚げ	精白米 あぶら さとう こんにゃく さといも でんぶん	たまねぎ にんじん こまつな キャベツ だいこん ねぎ	597 kcal 26.6 g 2.2 g	
18水	チキンピラフ フライドポテト トマトと豆乳のバスアブ フルーツポンチ	○	牛乳 鶏肉 ベーコン ウィンナー 豆乳	精白米 あぶら じゃがいも マカロニ さとう	にんじん たまねぎ えだまめ パセリ マッシュルーム にんじん トマト缶 とうもろこし ほうれんそう レモン みかん缶 パイン缶	622 kcal 20.3 g 1.6 g	
19木	ご飯 山賊焼き おひたし きのこのみそ汁	○	牛乳 鶏肉 みそ	精白米 でんぶん あぶら ごま さとう こんにゃく	しょうが にんにく もやし こまつな にんじん だいこん しめじ えのきたけ	578 kcal 22.0 g 2.0 g	
20金	味噌煮込みうどん 鬼まんじゅう キャベツの甘酢和え 果物（麗紅）	○	牛乳 鶏肉 油揚げ 八丁みそ みそ ～日本全国味めぐり～「愛知県」	うどん あぶら さつまいも さとう 小麦粉 上新粉	にんじん しめじ しいたけ ねぎ こまつな キャベツ にんじん きゅうり ゆず れいこう	535 kcal 18.6 g 1.5 g	日本全国味めぐり 2月20日 ～愛知県～ 味噌煮込みうどん 八丁味噌仕立ての汁にうどんを入れて煮込みます。鬼まんじゅうさつまいもと小麦粉を使った料理です。角切りのさつまいもが鬼のツノや金棒のように見えたことが名前の由来といわれています。
24火	ご飯 たらのごまみそ焼き ゆずあえ じゃがいものすまし汁	○	牛乳 たら みそ 鶏肉 生揚げ	精白米 さとう ごま でんぶん じゃがいも	しょうが はくさい にんじん もやし ゆずえのきたけ だいこん こまつな	563 kcal 24.9 g 2.1 g	
25水	カレーピラフホワイトソースがけ 野菜のピクルス 果物（デコボン）	○	牛乳 豚肉 生クリーム	精白米 押麦 あぶら じゃがいも 米粉 さとう	たまねぎ にんじん しめじ はくさい ほうれんそう きゅうり だいこん 赤ピーマン 黄ピーマン デコボン	572 kcal 17.4 g 2.3 g	
26木	梅ご飯 豆あじのから揚げ 切干し大根のごまあえ たまねぎのみそ汁	○	牛乳 豆あじ 生揚げ みそ	精白米 押麦 ごま でんぶん 小麦粉 あぶら さとう じゃがいも	カリカリ梅 しょうが にんにく 切干しだいこん もやし にんじん きゅうり たまねぎ こまつな	592 kcal 25.5 g 2.3 g	
27金	麦ご飯 豆腐の中華煮 わかめとコーンのサラダ 果物（りんご）	○	牛乳 豚肉 豆腐 いか うずら卵 わかめ	精白米 押麦 あぶら さとう でんぶん ごま	にんにく しょうが にんじん えのきたけ たけのこ はくさい ねぎ もやし キャベツ とうもろこし りんご	589 kcal 25.6 g 2.3 g	

\*献立内容は、都合により変更になる可能性があります。

## ☆1月（9日～23日）の主な使用食材産地

しょうが	熊本	かぶ	埼玉	きゅうり	福島	パセリ	長野	白菜	長野、町田	いちご	栃木	さくら	韓国
玉ねぎ	北海道	ごぼう	青森	大根	町田、青森	キャベツ	群馬	チンゲン菜	愛知	はれひめ	愛媛	鮭	チリ
にんじん	北海道、町田	しめじ	長野	小松菜	町田、埼玉	ほうれんそう	愛知	えのきたけ	長野	みかん	静岡	メルルーサ	アルゼンチン、ウルクアイ
ゆず	高知	ねぎ	埼玉	じゃがいも	町田、北海道	もやし	栃木	さつまいも	茨城	米	佐賀、宮城	いか	ペルー