

家庭数

令和7年度 2月 きゅうしょくよていこんだてひょう



市川市立大野小学校

日	曜日	こんだて	血や骨、肉をつくるもの	熱や力になるもの	体の調子を整えるもの		
		しゅしょくおかず(主菜) おかず(副菜)デザート 牛乳					
2月		ごはん		米	エネルギー 592 kcal	ねん5年ホワイトスクール	
		てづくりしゅうまい	豚	しゅうまいの皮 ごま油 澱粉	たんぱく質 23.3 g		
		スパゲッティのカレーサラダ	ツナ	スパゲッティ なたね油 砂糖 エッグケアマヨネーズ	脂質 19.1 g		
		たまごスープ	鶏 卵	澱粉	食塩相当量 0.9 g		
		ぎゅうにゅう	牛乳				
3火		ごはん		米	エネルギー 614 kcal	ねん5年ホワイトスクール ・ せつぶんこんだて 節分献立	
		いわしのかばやき	鯛	澱粉 なたね油 砂糖 ごま	たんぱく質 30.8 g		
		けんちんじる	鶏 豆腐 さばぶし	さといも こんにやく	脂質 19.3 g		
		こくとうだいず	大豆 きな粉	黒砂糖	食塩相当量 1.2 g		
		ぎゅうにゅう	牛乳				
4水		ツナそぼろごはん	ツナ	米 なたね油 砂糖	エネルギー 613 kcal	ねん5年ホワイトスクール ・ ていれいけん 定例研	
		たまごやき	卵 さばぶし	砂糖	たんぱく質 29.3 g		
		にくじゃが	豚 さばぶし	なたね油 しらすき じゃが芋 砂糖	脂質 19.6 g		
		ヨーグルト	ヨーグルト		食塩相当量 2.1 g		
		ぎゅうにゅう	牛乳				
5木		セサミトースト	豆乳	食パン マーガリン ごま 砂糖	エネルギー 617 kcal		
		チリコンカン	大豆 豚 鶏 チーズ	砂糖	たんぱく質 27.5 g		
		コールスローサラダ	ツナ	なたね油 砂糖	脂質 25.9 g		
		りんご		りんご	食塩相当量 2.1 g		
		ぎゅうにゅう	牛乳				
6金		ごはん		米	エネルギー 584 kcal	ねん6年 こういがくしゅう 校外学習	
		さけのみみじやき	鮭	エッグケアマヨネーズ	たんぱく質 28.3 g		
		なっとうあえ	納豆 のり ちりめんじゃこ		脂質 20.2 g		
		キャベツのみそしる	わかめ 油揚げ 味噌 さばぶし	じゃが芋	食塩相当量 2.5 g		
		ぎゅうにゅう	牛乳				
9月		ごはん		米 麦	エネルギー 568 kcal		
		チンジャオロース	豚	なたね油 砂糖 澱粉 ごま油	たんぱく質 22.4 g		
		わかめスープ	鶏 わかめ	ごま油 ごま	脂質 19.6 g		
		おふのラスク		焼きふ、バター 砂糖	食塩相当量 1.8 g		
		ぎゅうにゅう	牛乳				
10火		ごはん		米 麦	エネルギー 583 kcal		
		ガパオライス	鶏	なたね油 砂糖 ごま油	たんぱく質 20.7 g		
		じゃがいものハニーサラダ		じゃが芋 なたね油 はちみつ	脂質 14.4 g		
		フルーツパンチ		砂糖 サイダー	食塩相当量 0.9 g		
		ぎゅうにゅう	牛乳				
12木		ごはん		米	エネルギー 609 kcal		
		ぶたキムチ春巻き	めかぶ 豚	なたね油 春雨 ごま油 春巻きの皮 小松菜	たんぱく質 26.0 g		
		ツナサラダ	ツナ	なたね油 砂糖 ごま	脂質 19.5 g		
		ごじる	豆腐 大豆 さばぶし 豚 味噌		食塩相当量 2.0 g		
		ぎゅうにゅう	牛乳				
13金		スパゲッティ・ナポリタン	ベーコン 豚 チーズ	スパゲッティ なたね油	エネルギー 624 kcal	バレンタイン 献立	
		かぶとベーコンのスープ	ベーコン		たんぱく質 21.9 g		
		チョコレートケーキ	牛乳	ホットケーキミックス チョコレート	脂質 23.9 g		
		ぎゅうにゅう	牛乳	バター なたね油 砂糖	食塩相当量 2.0 g		
16月		ごはん		米	エネルギー 598 kcal		
		さかなのピリットジャン	しいら	澱粉 なたね油 砂糖 ごま油	たんぱく質 29.1 g		
		ごもくきんぴら	さつま揚げ 豚	じゃが芋 こんにやく なたね油 砂糖	脂質 17.5 g		
		かぶのみそしる	生揚げ さばぶし 味噌		食塩相当量 1.9 g		
		ぎゅうにゅう	牛乳				
17火		ごはん		米	エネルギー 562 kcal	ねん、くみ6年3組 こんだて 献立	
		ぶたにくのしょうがやき	豚	砂糖	たんぱく質 25.6 g		
		ごまあえ		ごま 砂糖	脂質 19.0 g		
		とうふとわかめのみそしる	豆腐 わかめ さばぶし 味噌	じゃが芋	食塩相当量 1.8 g		
		ぎゅうにゅう	牛乳				

日	曜日	こんだて	血や骨、肉を つくるもの	熱や力に なるもの	体の調子を 整えるもの			
		しゅしょく おかず(主菜) おかず(副菜) デザート 牛乳						
18	水	きりぼしだいこんごはん	かつお節 油揚げ	米 砂糖	切干大根 人参	エネルギー	584	わしよくひ 和食の日
		シシヤモぱりぱりあげ	ししやも	春巻きの皮 小麦粉 なたね油		たんぱく質	29.0	
		なまあげとやさいのうまに	豚 生揚げ さばぶし	砂糖 澱粉	玉ねぎ 人参 もやし 小松菜 しいたけ いんげん	脂質	20.1	
		ひとくちぶどうゼリー				食塩相当量	1.6	
		ぎゅうにゅう	牛乳					
19	木	コッペパン		コッペパン		エネルギー	560	ねん 1～5年 がくしゅうさんかん 学習参観
		さつまいもグラタン	鶏 豆乳 牛乳 生クリーム チーズ	小麦粉 バター なたね油 さつま芋	玉ねぎ しめじ パセリ	たんぱく質	24.8	
		コンソメジュリアン	ベーコン	なたね油 スパゲッティ	玉ねぎ 人参 セロリー キャベツ パセリ	脂質	22.1	
		しらぬい			しらぬい	食塩相当量	2.0	
		ぎゅうにゅう	牛乳					
20	金	ごはん		米 麦		エネルギー	660	ねんせい 6年生を おくかい 送る会
		ポークカレー	豚 チーズ	なたね油 じゃが芋 バター 小麦粉	にんにく 生姜 玉ねぎ 人参 セロリー	たんぱく質	21.9	
		ひじきのマリネ	ひじき	砂糖 なたね油	人参 きゅうり 枝豆	脂質	21.2	
		てづくりピーチゼリー		クールゼリーの素	ももジュース	食塩相当量	1.7	
		ぎゅうにゅう	牛乳					
24	火	ごはん		米		エネルギー	583	
		ハンバーグ	豚 大豆	パン粉 砂糖	玉ねぎ	たんぱく質	25.3	
		ツナときりぼしだいこんのサラダ	ツナ のり	なたね油 砂糖 ごま油	人参 小松菜 切干大根	脂質	19.3	
		なめこじる	わかめ 油揚げ 味噌 さばぶし	じゃが芋	なめこ	食塩相当量	1.7	
		ぎゅうにゅう	牛乳					
25	水	ごはん		米 麦		エネルギー	681	ちばけん 千葉県 きょうどりより 郷土料理 お 推しメニュー
		あぶたまどん	卵 油揚げ さばぶし	砂糖	玉ねぎ みつば	たんぱく質	31.4	
		よしのじる	鶏 豆腐 昆布 さばぶし	さといも 澱粉	大根 人参 まいたけ 長ねぎ 小松菜	脂質	19.0	
		きなこせいがくもち	きな粉	性学もち 砂糖		食塩相当量	2.3	
		ぎゅうにゅう	牛乳					
26	木	カレーうどん	鶏 かつお節	うどん	長ねぎ 玉ねぎ 人参 小松菜	エネルギー	574	
		のりゆかりあえ	鶏 のり	砂糖	キャベツ きゅうり 人参 ゆかり 生姜 にんにく	たんぱく質	26.7	
		てづくりにくまん	豆乳 豚	蒸しパンミックス なたね油 ごま油 砂糖 澱粉	にんにく 生姜 長ねぎ しいたけ 竹の子	脂質	20.8	
		ぎゅうにゅう	牛乳			食塩相当量	2.7	
27	金	ごはん		米		エネルギー	627	ねん くみ 6年1組 こんだて 献立
		ヤンニョムチキン	鶏	澱粉 なたね油 砂糖 ごま	にんにく 生姜	たんぱく質	22.2	
		ポテトサラダ	チーズ	じゃが芋 なたね油 砂糖 エッグケアマヨネーズ	人参 きゅうり 玉ねぎ	脂質	21.9	
		ABCスープ	鶏	マカロニ	人参 玉ねぎ キャベツ パセリ	食塩相当量	1.6	
		ぎゅうにゅう	牛乳					

*食材等の都合により、献立の変更をすることがあります。

*食物アレルギーなどについてご心配な点がございましたら、担任を通して栄養士にご相談ください。

*給食当番の児童は、配膳の時にマスクをしますので、ご用意ください。

(ランドセルのポケットなどに1～2枚予備を入れておくと、忘れたときに対応ができます。)

郷土料理推しメニュー&リクエスト給食

給食委員会では郷土の食文化をひろめようと、千葉県の郷土料理を全校児童へ発信してきました。

もっと大野小のみんなに千葉の食文化を身近に感じてもらえるように、推しメニュー選挙を行い、

みごと「性学もち」が選ばれました！性学もちは、25日の給食に登場します♪

また、給食リクエストアンケートもあわせて行いました。1位から3位のメニューが2、3月の

献立に登場します！

1位 カレーライス 2位 フルーツポンチ（パンチ） 3位 あげパン



6年生が家庭科の学習で給食の献立を考えました。クラスの代表献立が給食になります！

1組 2月27日(金) 2組 3月 3組 2月17日(火) 楽しみにしていてください♪