



こんだてひょう

令和8年 2月 入間市立東金子小学校

| 献立名 | | | | 主な材料名 | | | エネルギー (Kcal) たんぱく質 (g) カルシウム (mg) | |
|------|-----|----------------------|------------------------------------|----------|--|---|--|--------------------|
| 日 | 曜日 | 主食 | おかず | 牛乳 | 熱や力になる(黄) | 血や肉をつくる(赤) | | |
| 2月 | 2月 | いわしのかばやきどん | ★せつぶんじる (大豆入りみそ汁です) かぶのつけもの | せつぶんこんだて | ごはん さといも でんぶん さとう なたねあぶら ごまあぶら | ぎゅうにゅう いわし ぶたにく だいす あかみそ あぶらあげ | かぶ だいこん ごぼう にんじん ながねぎ こんにゃく | 644 27.1 324 |
| 3火 | 3火 | チキンライス | ベーコンとじゃがいものスープ | | こめ じゃがいも べいりゅうばく バター なたねあぶら | ぎゅうにゅう とりにく ウィンナー カナディアンベーコン | たまねぎ にんじん マッシュルーム | 594 24.7 252 |
| 4水 | 4水 | むぎごはん | さといもいりいりどり ひじきとおかかのふりかけ みそしる | | むぎごはん さといも しろごま さとう なたねあぶら | ぎゅうにゅう とうふ とりにく あかみそ しろみそ ひじき はなかつお | れんこん ごぼう にんじん こんにゃく だいこん こまつな ほししいたけ | 591 22.8 339 |
| 5木 | 5木 | カレーなんばん | みそポテト おひたし | | うどん じゃがいも こむぎこ バター なたねあぶら さとう | ぎゅうにゅう ぶたにく しろみそ | たまねぎ こまつな にんじん ながねぎ えのきたけ | 647 21.8 312 |
| 6金 | 6金 | クロワッサン | トマトとチキンのパンネ かいそうサラダ | | クロワッサン さとう パンネマカロニ なたねあぶら バター | ぎゅうにゅう わかめ とりにく ベーコン | たまねぎ きゃべつ コーン ホールトマト きゅうり マッシュルーム ピーマン にんじん ににく | 585 20.8 275 |
| 9月 | 9月 | きんぴらごはん | ぶたにくのアップルソース みそしる | | こめ でんぶん なたねあぶら こめこ べいりゅうばく さとう ごまあぶら | ぎゅうにゅう ぶたにく あぶらあげ あかみそ しろみそ わかめ | はくさい しらたき にんじん ごぼう りんご えのきたけ こまつな りんごジュース たまねぎ ににく | 613 28.4 321 |
| 10火 | 10火 | さきたまライスボール | しおあじやきそば フルーツポンチ | | ちゅうかめん さとう さきたまライスボール なたねあぶら ごまあぶら | ぎゅうにゅう ぶたにく やきちくわ | きゃべつ もやし たまねぎ りんご おうとう にんじん パイナップル にら ににく | 697 23.5 285 |
| 12木 | 12木 | ツイストパン | さわらのマヨネーズやき やさいスープ いよかん | | ツイストパン アルファベットマカロニ なたねあぶら | ぎゅうにゅう さわら カナディアンベーコン ベーコン | いよかん きゃべつ たまねぎ ピーマン あかピーマン にんじん | 627 28.0 284 |
| 13金 | 13金 | タンメン | だいこんのちゅうかふうつけもの こめこのブラウニー | | ラーメン ごまあぶら さとう バター こめこ チョコチップ でんぶん なたねあぶら | ぎゅうにゅう ぶたにく たまご ココア | だいこん きゃべつ にんじん きくらげ チンゲンサイ ながねぎ だいこんば ねしようが ににく もやし | 618 23.5 332 |
| 16月 | 16月 | ポテトピラフ | ミネストラスープ | | こめ じゃがいも なたねあぶら べいりゅうばく バター | ぎゅうにゅう とうふ とりにく ウィンナー カナディアンベーコン ベーコン | たまねぎ きゃべつ コーン にんじん セロリ ににく | 597 23.9 257 |
| 17火 | 17火 | ふくまめごはん | ぶたにくのあまからあげ わふうワンタンじる | | こめ ワンタンのかわ でんぶん もちごめ なたねあぶら しろごま さとう | ぎゅうにゅう ぶたにく とりにく だいす あぶらあげ | だいこん ごぼう こんにゃく にんじん ながねぎ ほししいたけ | 676 34.2 311 |
| 18水 | 18水 | ごもくあんかけそば | フルーツあんみつ | | ちゅうかめん さとう でんぶん ごまあぶら なたねあぶら | ぎゅうにゅう うずらたまご ぶたにく あずき | たまねぎ もやし ににく おうとう パイナップル かんてん だけのこ にんじん チンゲンサイ ねしようが ほししいたけ りんご | 641 25.4 286 |
| 19木 | 19木 | きなこパン | れんこんいりにくだんごのスープ ヨーグルト | | ツイストパン なたねあぶら さとう はるさめ でんぶん | ぎゅうにゅう ヨーグルト ぶたにく きなこ たまご | はくさい たけのこ にんじん こまつな れんこん ながねぎ ねしようが きくらげ | 640 28.2 405 |
| 20金 | 20金 | はつがげんまいいりごはん | おでん ゆかりふりかけ からしあえ | | はつがげんまいいりごはん じゅがいも しろごま さとう | ぎゅうにゅう ウィンナー あげボール うずらたまご やきちくわ むすびこんぶ はなかつお | だいこん こまつな こんにゃく もやし にんじん ゆかり | 615 23.5 333 |
| 24火 | 24火 | ★ほうとう (山梨の郷土料理です) | ささかまのいそべあげ はくさいのつけもの | | ほうとう さといも こむぎこ しろごま なたねあぶら | ぎゅうにゅう しろみそ ささかまぼこ ぶたにく あぶらあげ あおさ きざみこんぶ | はくさい かぼちゃ だいこん こまつな にんじん ごぼう ながねぎ ゆず | 586 25.5 336 |
| 25水 | 25水 | はつがげんまいいりごはん | マーぼーどうふ ごもくビーフン | | はつがげんまいいりごはん ビーフン でんぶん なたねあぶら さとう ごまあぶら | ぎゅうにゅう とうふ ぶたにく あかみそ | ながねぎ きゃべつ にんじん にら ほししいたけ ねしようが ににく | 668 31.1 381 |
| 26木 | 26木 | カレーライス | てづくりふくじんづけ | | むぎごはん こむぎこ じゅがいも バター なたねあぶら さとう しろごま | ぎゅうにゅう ぶたにく | たまねぎ だいこん にんじん きゅうり れんこん ねしようが ににく | 645 21.9 276 |
| 27金 | 27金 | うどいりかきあげどん | こまつなとひじきのあえもの もずくじる | | ごはん こむぎこ じゅがいも さとう なたねあぶら ごまあぶら | ぎゅうにゅう かまぼこ こえび ひじき もずく | こまつな たまねぎ えのきたけ うど にんじん コーン みずな みづば | 581 16.7 334 |
| 給食回数 | | 《18回》 | | 平均栄養量 | | | | 625 24.5 314 |

献立は、材料等の都合により変更する場合がありますが、ご了承ください。

★は新メニューです。

行事・行事食のお知らせ
2月 2日 節分献立



*大豆をいったもの、豆まきは使うほか、自分の年齢の数、また年齢の数+1個食べで、1年の年福を願います。大豆の代わりに落花生を使う地域もあります。

1年の幸福を願う「節分」の行事

ねん こう ふく ねが せつ ぶん
がつ か せつぶん
2月3日 節分



りっしゅん ぜんじつ あ せつぶん ふる まめ
立春の前日に当たる節分には、古くから、豆まきをしたり、ヒイラギイワシ(ヤイカガシ)を玄関に飾ったりして、病気や災難を起こす“鬼(邪氣)”を追い払い、1年の無事や幸福を願う風習があります。最近では、「恵方巻き」が店頭をぎわすようにになりましたが、もともと全国的な風習ではなく、江戸時代に大阪の商人が商売繁盛祈願のために行っていた風習が始まりとされています。(※諸説あります)

