




















日にち	おほしめ	こんだてめい		あか	みどり	きいろ	エネルギー (kcal)	たんぱくしつ(g)	
		ごはん パン めん	おかず デザート	ちやにくになる	からだのちょうしをととのえる	ねつやちからになる		しじつ(g)	しよくえん そうつりよう(g)
1 木		ビビンバ	はるさめスープ あんぱんフルーツ	ぎゅうにゅう ぶたにく とうふ ベーコン	ねぎ にんにく ぜんまい もやし にんじん だいこん わかめ ほうれんそう	こめ サラダあぶら さとう ごまあぶら はるさめ でんぱん	615	20.5 18.8 2.6	
2 金		ごはん <small>節分メニュー</small>	さばのごまみそだれ もやしののりあえ おぼろけんちんじる ふくまめ	ぎゅうにゅう さば みそ とうふ とりにく とうふ のり こんぶ	こまつな にんじん もやし ねぎ ごぼう	こめ むぎ ごまあぶら ごま さとう	615	30.5 22.1 2.3	
5 月		ごはん	ぶたにくとやさいのみそいため ◎ほうれんそうとフロッコリーの たまごスープ	ぎゅうにゅう ぶたにく あつあげ みそ とりにく たまご	しょうが キャベツ たまねぎ にんじん チンゲンサイ ほうれんそう フロッコリー	こめ むぎ サラダあぶら さとう でんぱん ワンタンのかわ	605	24.2 20.9 1.7	
6 火		★◎ほうれんそうの カレーライス	キャベツとわかめのサラダ ヨーグルト	ぎゅうにゅう ぶたにく チーズ スキムミルク ツナ ヨーグルト	にんにく しょうが にんじん たまねぎ ほうれんそう わかめ もやし キャベツ	こめ むぎ サラダあぶら じゃがいも ごま ごまあぶら	650	23.4 19.9 2.9	
7 水		ちゅうかどん	とうふともやしのスープ ★しゅわしゅわフルーツポンチ	ぎゅうにゅう ぶたにく とうふ とりにく なると	しょうが にんじん たまねぎ はくさい チンゲンサイ もやし きくらげ わかめ	こめ サラダあぶら さとう でんぱん	590	20.5 16.6 2.6	
8 木		ごはん <small>カミカミメニュー</small>	てづくりひじきふりかけ ◎ほうれんそうとじゃがいものソテー とんじる ぼんかん	ぎゅうにゅう ひじき ちりめん ベーコン ぶたにく とうふ みそ	にんじん たまねぎ にんにく ほうれんそう だいこん ごぼう こんにゃく ねぎ	こめ むぎ さとう じゃがいも サラダあぶら	620	25.7 15.3 2.2	
9 金		★みそラーメン	あつあげのちゅうかに フルーツのゼリーあえ	ぎゅうにゅう ぶたにく みそ とりにく あつあげ	にんにく しょうが にんじん もやし はくさい とうもろこし ねぎ チンゲンサイ	ちゅうかめん サラダあぶら さとう	610	25.2 19.6 2.4	
13 火		◎ほうれんそう チャーハン	とりにくのちゅうかふうロースト かぶのちゅうかスープ	ぎゅうにゅう ベーコン ちりめん とりにく みそ	にんにく ねぎ にんじん ほうれんそう しょうが かぶ かぶのは もやし	こめ サラダあぶら でんぱん ごまあぶら	590	22.9 22.1 2.1	
14 水		しよくぼん ★チョコレートソース (ブラック&ホワイト)	ジャーマンポテト ABCスープ	ぎゅうにゅう ウィナー とりにく	たまねぎ キャベツ にんじん とうもろこし ほうれんそう	パン チョコレート じゃがいも サラダあぶら マカロニ	595	20.2 22.3 1.9	
15 木		サフランライスの クリームソースかけ	ミートボールとやさいのスープ アセロラゼリー	ぎゅうにゅう とりにく ミートボール	たまねぎ キャベツ にんじん エリンギ かぶ こまつな	こめ むぎ こむぎこ パター ゼリー	600	19.4 16.7 1.9	
16 金		わかめごはん	◎こまつなじゃがバターふう みそけんちんじる みかん	ぎゅうにゅう ベーコン とりにく とうふ	こまつな たまねぎ にんじん とうもろこし だいこん ごぼう こんにゃく わかめ みかん	こめ じゃがいも パター サラダあぶら さといも ごまあぶら	610	20.7 17.5 2.0	
19 月		◎ほうれんそうと ベーコンの Pasta	★ようふうかきたまスープ ドーナツ	ぎゅうにゅう ツナ ベーコン とりにく たまご	にんにく にんじん たまねぎ ほうれんそう とうもろこし えのきたけ	スパゲティ サラダあぶら バター でんぱん だいずあぶら ドーナツ	625	22.7 27.2 2.2	
20 火		★メンチカツサンド	せんぎりキャベツ さつまいものこめこスープ	ぎゅうにゅう メンチカツ とりにく なまクリーム	キャベツ たまねぎ にんじん はくさい こまつな	パン サラダあぶら こめこ さつまいも パター	635	24.9 25.9 2.0	
21 水		◎こまつなチャーハン (こまつなとツナ)	あつあげのからみそいため ワンタンスープ	ぎゅうにゅう ツナ とりにく あつあげ みそ ぶたにく なると	にんにく にんじん こまつな ねぎ しょうが たまねぎ もやし ほうれんそう	こめ サラダあぶら さとう ごまあぶら でんぱん ワンタンのかわ	620	22.1 23.1 2.2	
22 木		ごはん	わふうハンバーグ ツナサラダ かぶのみそしる	ぎゅうにゅう ハンバーグ ツナ とうふ	だいこん キャベツ にんじん もやし とうもろこし かぶ かぶのは ねぎ	こめ むぎ サラダあぶら でんぱん	605	23.9 20.3 2.2	
26 月		★きなこあげパン	やきビーフン ちゅうかたまごスープ	ぎゅうにゅう きなこ ぶたにく とりにく たまご	にんにく しょうが キャベツ しいたけ たまねぎ にんじん にら ねぎ ぶなしめじ	パン さとう だいずあぶら ビーフン サラダあぶら ごまあぶら でんぱん	635	24.4 24.6 2.3	
27 火		ごはん	いわしのからあげあまからだれ もやしのごまあえ だいこんのみそしる	ぎゅうにゅう いわし とうふ あぶらあげ	ねぎ こまつな キャベツ もやし にんじん だいこん だいこんのは わかめ	こめ だいずあぶら さとう ごま	620	26.9 23.2 2.5	
28 水		★ハヤシライス <small>カミカミメニュー</small>	ひよこまめのスープ グミ	ぎゅうにゅう ぶたにく ベーコン ひよこまめ	にんにく しょうが たまねぎ にんじん マッシュルーム トマト キャベツ とうもろこし	こめ むぎ サラダあぶら じゃがいも グミ	625	19.1 17.1 2.5	
29 木		スパゲティミートソース	ふゆやさいのポトフ ★しんしょうマドレーヌ	ぎゅうにゅう ぶたにく だいず ウィナー たまご	にんにく たまねぎ にんじん マッシュルーム はくさい かぶ フロッコリー カリフラワー	スパゲティ サラダあぶら さとう パーキングパウダー はくきこ パター	685	27.7 31.9 1.9	
◎2月のメニューについて 2/2(金) 節分メニュー (ふくまめ)2月3日の節分にちなんだメニューです！ 2/8(木) カミカミメニュー (とんじる) かみごたえのあるゴボウを使います！ 2/28(水) カミカミメニュー (グミ) かみごたえのあるグミをデザートで提供します！ ●給食で使用する食材の主な予定産地 たまねぎ(北海道) じゃがいも(鹿児島または長崎) にんじん(埼玉または千葉) ねぎ(千葉) には(茨城) こまつな(千葉) もやし(栃木) ほうれんそう(千葉) キャベツ(愛知) だいこん(千葉) ごぼう(青森) はくさい(茨城) チンゲンサイ(茨城) かぶ(千葉) エリンギ(長野) えのき(長野) フロッコリー(熊本) カリフラワー(愛知) にんにく(青森) しょうが(高知) 牛乳(千葉) 米(千葉) 材料の都合により献立の一部を変更することもあります。ご了承ください。							【給食費について】 連続して5日以上の欠席(休日を除く)がわかっており、且つ、保護者からの申し出があった場合、申請後の3日後(休日を除く)から給食を停止し給食費を減額することができます。早めに担任までお申し出ください。	今月の平均栄養価 学校給食摂取基準	23.4 21.3 2.2 21~32.5 21.6 2.00

今月はみなさんのクラスのリクエストメニューが登場します！
新川小 リクエストランキング
 1位 きなこあげパン (4クラスより)
 2位 みそラーメン、メンチカツサンド(バーガー) (2クラスより)
 3位 カレーライス、ハヤシライス、たまごスープ
 食パンとブラック&ホワイトチョコレート
 しゅわしゅわフルーツポンチ、新小マドレーヌ (1クラスより)
 給食アンケートにご協力いただきありがとうございます。リクエストがあったメニューはすべて今月の給食に取り入れさせていただきました！
 リクエストメニューには★がついています。お楽しみに！！

5年生のみなさんが総合の授業で考えた**地域の特産品を使ったメニュー**を給食に取り入れさせていただきました！
 ①2/5(月) ほうれんそうとフロッコリーのたまごスープ
 ②2/6(火) ほうれんそうのカレーライス
 ③2/8(木) ほうれんそうとじゃがいものソテー
 ④2/13(火) ほうれんそうチャーハン
 ⑤2/16(金) こまつなじゃがバターふう
 ⑥2/19(月) ほうれんそうとベーコンの Pasta
 ⑦2/21(水) こまつなチャーハン(小松菜とツナのチャーハン)
 5年生が考えたメニューには◎がついています。すばらしいアイデアをありがとうございます！！

