



2月献立表



入善町教育委員会
入善町立入善小学校

令和6年度

日	曜	献立名	おもな材料とその働き						
			赤：おもに体の組織をつくる		緑：おもに体の調子を整える		黄：おもにエネルギーとなる		
			1群	2群	3群	4群	5群	6群	
3	月	ごはん 牛乳 ふりかけ おによけみそけんちんじる いわしのしょうがに れんこんサラダ	いわし ★みそ もめんどうふ ★だいず	牛乳 のり	にんじん	だいこん ごぼう えのき ★ねぎ れんこん しょうが キャベツ とうもろこし	★こめ さとう	ごまあぶら ノンエッグマヨネーズ	
4	火	ごはん 牛乳 マカロニスープ ぶたにくのスタミナいため ゆでやさい	ウインナー ぶたにく	牛乳	にんじん ピーマン	たまねぎ しめじ にんにく キャベツ きゅうり	★こめ さとう じゃがいも マカロニ でんぷん	こめあぶら	
5	水	ごはん 牛乳 さつまいもじる さばのしおやき からしあえ	さば もめんどうふ ★みそ	牛乳	にんじん こまつな	だいこん しめじ ★ねぎ キャベツ もやし	★こめ さとう こんにやく さつまいも	こめあぶら	
6	木	ごはん 牛乳 ごぼうのクリームスープ さけのマヨネーズやき そえやさい	とりにく さけ	牛乳 なまクリーム	にんじん ブロッコリー	たまねぎ ごぼう キャベツ	★こめ こめこ じゃがいも でんぷん	ノンエッグマヨネーズ	
7	金	ごはん 牛乳 サンラータン とりのからあげ ちゅうかサラダ	ぶたにく たまご	牛乳 わかめ	にんじん こまつな	きゅうり ★ねぎ しょうが	★こめ ★ヤーコン でんぷん こめこ さとう はるさめ	こめあぶら ごまあぶら ごま	
10	月	ごはん 牛乳 かすじる ししゃもフライ さんしょくおひたし	ぶたにく ししゃも うすあげ ★みそ	牛乳	にんじん こまつな	だいこん ★ねぎ もやし	★こめ こんにやく さつまいも パンこ こむぎこ	こめあぶら ごま	
11	火	🇯🇵 けんこくきねんのひ 🇯🇵							
12	水	ごはん 牛乳 あつあげとやさいのみそしる ミートボール アーモンドサラダ	とりにく あつあげ	牛乳	にんじん トマト	たまねぎ だいこん キャベツ きゅうり えのき ★ねぎ	★こめ さとう パンこ	こめあぶら アーモンド	
13	木	わかめごはん 牛乳 2月バースデー ワンタンスープ 🏰 きゅうしょく ちくわのいそべあげ ゆかりあえ	ぶたにく ちくわ	牛乳 わかめ あおのり	にんじん こまつな あかしそ	もやし はくさい ★ねぎ きゅうり	★こめ さとう でんぷん こめこ ワンタン	こめあぶら	
14	金	ごはん 牛乳 ぐだくさんポトフ とりにくのこうみやき ヤーコンサラダ	ウインナー とりにく ★みそ	牛乳	にんじん	だいこん たまねぎ しめじ しょうが ★ねぎ キャベツ きゅうり	★こめ さとう ★ヤーコン じゃがいも	こめあぶら	
17	月	ごはん 牛乳 くきわかめスープ こふきいも ぶたにくときりぼしだいこんのピリからいため	とりにく もめんどうふ ぶたにく	牛乳 くきわかめ	にんじん こまつな	はくさい ねぎ きりぼしだいこん	★こめ じゃがいも さとう	こめあぶら ごま	
18	火	カレーライス 牛乳 ハムステーキ ごまサラダ	ぶたにく ハム	牛乳	にんじん かぼちゃ	にんにく しょうが キャベツ たまねぎ きゅうり	★こめ おおむぎ じゃがいも さとう	こめあぶら カレールウ ごま	
19	水	♪ ♪ リクエストメニュー ♪ ♪							
19	水	小ごはん 牛乳 ラーメン てりやきチキン だいコーンサラダ チョココレープ	ぶたにく ツナ とりにく たまご とうにゆう	牛乳	にんじん こまつな	★ねぎ たまねぎ キャベツ きゅうり	★こめ さとう はるさめ	こめあぶら ごま	
20	木	～ New 膳の日～							
20	木	くろまいのいろどりごはん 牛乳 だいこんとさといものそぼろに あかうおのしおこうじやき ひじきのいために	ぶたにく あかうお うすあげ ★だいず	牛乳 ひじき	にんじん えだまめ	だいこん たまねぎ しょうが	★こめ ★くろまい さとう でんぷん ★しおこうじ こんにやく さといも	こめあぶら	
21	金	入善とみさん(富×3)の日							
21	金	ごはん 牛乳 ごもくじる きざみづけ ぶたにくとだいずのあまみそがらめ	もめんどうふ ぶたにく ★だいず ★みそ	牛乳	にんじん こまつな	だいこん しょうが キャベツ きゅうり	★こめ さとう でんぷん	こめあぶら	
24	月	ふりかえきゅうじつ							
25	火	ごはん 牛乳 ミネストローネ あじフライ フレンチサラダ	ウインナー あじ	牛乳	にんじん トマト	たまねぎ セロリー キャベツ きゅうり	★こめ さとう じゃがいも こむぎこ パンこ	こめあぶら	
26	水	ごはん 牛乳 とうふとわかめのみそしる とりにくのしょうがやき やさいいため	とりにく もめんどうふ ★みそ	牛乳 わかめ	にんじん ピーマン	だいこん しょうが キャベツ とうもろこし ★ねぎ	★こめ じゃがいも	こめあぶら	
27	木	小ごはん 牛乳 キムチうどん はるまき ナムル	ぶたにく うすあげ とりにく	牛乳	にんじん こまつな	はくさい しょうが たまねぎ キャベツ もやし えのき ★ねぎ	★こめ うどん はるさめ でんぷん こむぎこ さとう	こめあぶら ごまあぶら ごま	
28	金	ごはん 牛乳 マーボーだいこん ポークシューマイ すのもの	ぶたにく ★みそ あかみそ	牛乳 わかめ	にんじん	しょうが にんにく しめじ だいこん ★ねぎ たまねぎ キャベツ きゅうり	★こめ さとう でんぷん こむぎこ	こめあぶら ごまあぶら	

今月の地場産食材(★印): こめ(ふふふ)・くろまい・みそ・だいず・ねぎ・ヤーコン・しおこうじ

※都合により献立を変更することがあります。