



# 令和8年2月 予定こんだて表

先月に引き続き、佐倉の有機米を使用します！おいしさはもちろん、人にも環境にもやさしく、安全・安心なお米です。



令和7年度  
佐倉市立井野小学校

ひょうび	こんだてめい			おもなざいりょう			栄養価(3・4年生)					
	主食	主菜	副菜・デザート	エネルギーのもとになる 黄色の食品	体をつくる もとになる 赤の食品	体の調子を整える 緑の食品	エネルギー kcal	たんぱく質 g	脂質 g	カルシウム mg	鉄 mg	食塩相当量 g
2月	ごはん	とりにく <sup>豆</sup> とだいずの にこみ	もやしとハムのあえもの ぼんかん	佐倉の米(有機米) あぶら ごまあぶら	牛にゅう とりにく だいず ハム	にんじん ごぼう こんにやく れんこん ししいたけ もやし えどな たまねぎ ぼんかん	612	24.0	17.3	306	2.0	1.5
3火	節分こんだて かんぴょうごはん			せつぶんすましじる ふくめ <sup>豆</sup>	佐倉の米(有機米) かたくりこ ふ ごまあぶら	牛にゅう いわし とりにく だいず チーズ かまぼこ	615	30.5	19.7	375	2.7	2.3
4水	6年3組 さんの考えた献立			なつとうあえ けんちんじる	佐倉の米(有機米) さといも かたくりこ あぶら ごまあぶら	牛にゅう とりにく とうふ なつとう	658	25.9	22.0	352	3.7	1.8
5木	マーボー豆腐どん <sup>豆</sup> (むぎごはん・マーボー豆腐)			シューマイ かんてんサラダ	佐倉の米(有機米) むぎ かたくりこ あぶら ごまあぶら	牛にゅう とうふ ぶたにく わかめ とりにく シューマイ かんてん わかめ	609	26.4	17.3	477	2.9	2.1
6金	セルフフィッシュサンド (コッパン・しるみざかなフライ)			ラビオリミネストローネ パンナコッタ (みかんソース)	パン じゃがいも あぶら パンナコッタ	牛にゅう ベーコン だいず きんとたまめ ラビオリ しるみざかなフライ	652	24.2	23.8	291	3.4	2.1
9月	6年4組 さんの考えた献立			あおなのジャコマヨあえ とんじる	佐倉の米(有機米) さといも ノンエッグマヨネーズ	牛にゅう さば ぶたにく とうふ ちりめんじゃこ のり	683	27.5	26.3	372	4.4	2.4
10水	いりこなめし	レバーとポテトの カレーふうみ	グリーンサラダ はるみみかん	佐倉の米(有機米) じゃがいも かたくりこ あぶら	牛にゅう ぶたレバー ツナ	いんげん しょうが きゅうり ほうれんそう キャベツ にんじん とうもろこし たまねぎ はるみ	699	20.6	21.6	265	5.4	1.6
12木	6年2組 さんの考えた献立			ナムル はくさいのみそしる ヨーグルト	佐倉の米(有機米) ごま さといも ごまあぶら	牛にゅう ぶたにく あぶらあげ ヨーグルト	616	28.9	15.1	484	5.1	2.3
13金	とろっとオムライス (チキンライス・とろっとスクランブルエッグ・ケチャップ) →半熟に見えますが、しっかりと加熱したものです。			やきにくサラダ ハート♡のトックスープ チョコバナナマフィン	佐倉の米 ごむぎこ トック パター あぶら チョコレート	牛にゅう ぶたにく たまご ベーコン わかめ	710	24.2	22.4	296	1.7	3.1
16月	<1年1組 さん> ★ラッキーにんじんリクエストメニュー★			★げんきのでるサラダ	パン じゃがいも あぶら こめこ ごまあぶら	牛にゅう とりにく ぶたにく	615	22.1	22.5	315	1.3	2.1
17火	ごはん	にくじゃが	れんこんサラダ ラムネゼリー	佐倉の米 じゃがいも あぶら ごま ノンエッグマヨネーズ ゼリー	牛にゅう ぶたにく ツナ	にんじん たまねぎ こんにやく いんげん れんこん きゅうり とうもろこし	667	22.3	18.6	276	4.0	1.6
18水	毎月、8のつく日は良い歯の日!			カミカミ いものこじる ござかなバリッシュ	佐倉の米 むぎ かたくりこ さといも あぶら ごまあぶら	牛にゅう さけ とりにく なつとう とうふ あぶらあげ かたくちいわし	651	30.4	19.9	395	3.2	2.5
19木	毎月19日は「食育の日」～日本全国の郷土料理～「佐賀県」を紹介します！～くわしくは、裏面「給食だより」をご覧ください～			いそあえ だぶ みかん	佐倉の米 かたくりこ ふ あぶら	牛にゅう いか とりにく のり あつあげ かまぼこ	627	29.0	14.7	315	2.6	2.2
20金	ハヤシライス (ごはん・ハヤシルウ)			ハムマリネサラダ やきドーナツ	佐倉の米 あぶら ドーナツ	牛にゅう ぶたにく ハム	668	22.5	22.0	278	1.5	2.2
24火	毎月24日は「津田仙献立」～仙の広めた西洋野菜を使用します～			津田仙野菜のカラフルサラダ てづくりじゃがまる	スパゲッティ じゃがいも かたくりこ あぶら ノンエッグマヨネーズ	牛にゅう あさり ぶたにく チーズ だいず ハム たまご	592	26.2	23.1	356	4.7	2.3
25水	むぎごはん	とりの さけかすみそやき	ごますあえ しらたまじる きよみオレンジ	佐倉の米 むぎ しらたま ごま	牛にゅう とりにく あつあげ なると	ほうれんそう もやし にんじん だいこん こまつな きよみ	638	24.6	18.3	322	2.5	1.9
26木	6年1組 さんの考えた献立			げんきのでるサラダ さつまじる	佐倉の米 さつまいも あぶら ごまあぶら	牛にゅう さば ぶたにく あつあげ	690	28.0	25.8	284	2.1	2.4
27金	<6年2組 さん> ★ラッキーにんじんリクエストメニュー★			★バリバリサラダ ★フルーツポンチ	佐倉の米 さつまいも かたくりこ あぶら ごま ちゅうかめん ゼリー サイダー	牛にゅう とりにく ぶたにく	680	21.1	19.4	295	3.3	1.7

※材料調達等の都合により、献立内容を変更することがあります。ご了承ください。

※主な材料欄の太字は、佐倉市及び近隣市町村産の地場産物です。

今年の恵方は「南南東」です

★2月の給食は・・・「まめまめメニュー」<sup>豆</sup> & 「いろいろみかん」

今月の給食では、節分の大豆にちなみ、大豆や大豆製品を使った「まめまめメニュー」をたくさん取り入れています！ また、柑橘類の美味しい時期なので、毎週色々なみかんを提供します！お楽しみに♪

★6年生が家庭科の学習で作成した献立が登場します！（4日、9日、12日、26日）

6年生の家庭科では、献立作成の学習があります。栄養バランスはもちろん、彩り、季節、地場産物、そして誰のための献立か？など、思ったよりも難しいことを実感し、日々食事の用意をしてくれているお家の方々の苦労や思いに少し気づけたのではないのでしょうか😊  
どれも素晴らしい献立でしたが、今回は栄養士が厳選し、各クラスから1名の献立を取り入れています。どうぞお楽しみに♪

～【今年度最終】給食費引き落としのお知らせ～

- 期日：2月5日(木) (再引落し20日)
- 金額：児童一人あたり5,000円
- ※陸上大会・音楽発表会参加児童、及び1年生  
・6年生は引落し金額を減額しています。

円滑な年度末給食会計処理にご理解ご協力をお願いいたします。

