



2月前半給食献立表



令和7年

新宿区立柏木小学校

実施日	日 曜	献 立 名	飲 み 物	材 料 名			栄 養 価
				血や筋肉のもとになるもの	熱や力のもとになるもの	体の調子をよくするもの	
3	げつ	【節分献立】 イワシのかば焼き丼 けんちん汁 きなこ豆 	牛乳	牛乳 イワシ 鶏肉 油揚げ かまぼこ 豆腐 大豆 きなこ	米 油 小麦粉 砂糖 かたくり粉 こんにやく さといも	しょうが ごぼう にんじん ねぎ だいこん	699kcal 31.6g
4	か	麦ごはん のりとあさりの佃煮 高野豆腐と野菜のうま煮 野菜のごま和え	牛乳	牛乳 のり あさり 鶏肉 高野豆腐	米 麦 砂糖 油 こんにやく ごま	たまねぎ キャベツ ごぼう にんじん たけのこ さやいんげん もやし	684kcal 30.9g
5	すい	【6年生献立☆郷土料理 長崎県】 長崎ちゃんぽん オニオンドレッシングサラダ カステラ 	牛乳	牛乳 豚肉 かまぼこ エビ イカ あさり たまご 豆乳	ちゃんぽん 鶏 油 砂糖 強力粉 小麦粉 はちみつ	しょうが にんにく にんじん もやし キャベツ たまねぎ きくらげ こまつな	683kcal 28.7g
6	もく	【初午献立】 こぎつねごはん 焼きししゃも 手煮風汁 果物（みかん） 	牛乳	牛乳 鶏肉 油揚げ ししゃも 豚肉	米 麦 油 砂糖 茶こんにやく さといも	にんじん さやいんげん ごぼう ねぎ みかん	630kcal 28.3g
7	きん	【6年生献立】 ドライカレー ポテトサラダ フルーツポンチ	牛乳	牛乳 豚肉 豚レバー 大豆 白いんげん豆	米 麦 油 小麦粉 じゃがいも 砂糖 卵不使用マヨネーズ	にんにく しょうが たまねぎ にんじん セロリ ホールコーン きゅうり バイン缶 黄桃缶 みかん缶 りんご	666kcal 28.7g
10	げつ	麦ごはん ごま油香るのりふりかけ レバポテ揚げ かきたま汁 果物（はるみ） 	牛乳	牛乳 のり 豚レバー わかめ たまご	米 麦 油 砂糖 ごま じゃがいも かたくり粉	にんにく たまねぎ にんじん ねぎ こまつな はるみ	679kcal 27.2g
11	か	建国記念の日					
12	すい	【6年生献立】 バターライス 豆腐入りハンバーグ 豚汁 	牛乳	牛乳 豚肉 豆腐 みそ	米 麦 バター パン粉 かたくり粉 砂糖 こんにやく じゃがいも	にんにく にんじん しめじ たまねぎ ごぼう だいこん ねぎ こまつな	646kcal 27.2g
13	もく	【6年生献立】 ごはん しゃけのチーズ包み焼き シャキシャキ塩こんぶ和え 温まるわかめのみそ汁 	牛乳	牛乳 鮭 チーズ 豆腐 塩こんぶ わかめ みそ	米 油 じゃがいも	キャベツ はくさい もやし だいこん にんじん こまつな	587kcal 31.8g
14	きん	【バレンタインデー献立】 かしゅさチョコチップパン バレンタインボトフ 野菜のソテー 	牛乳	牛乳 豆乳 豚肉 フランクフルト なると	強力粉 砂糖 油 じゃがいも チョコレート	にんにく にんじん たまねぎ キャベツ もやし えのきたけ 	628kcal 23.5g

◎学校行事や食材料等の都合により、献立の変更並びに回数が少なくなることがあります。

<今月の給食目標>「給食の準備を早くしよう」

配膳時間を短くするためにはどうしたらよいか、考えて実践
してみましょう。



【行事食】初午献立

昔日付は干支を使って数えられており、2月最初の「午の日」を初午と呼んでいま
した。この日は、各地の稲荷神社で五穀豊穡や商売繁盛、家内安全を祈願し、参拝
が行われます。稲荷神の使いが狐のため、初午には狐の好物である「油揚げ」が奉
納される習慣があります。給食では油揚げを使ったきつねごはんを提供します。



2月後半給食献立表



令和7年

新宿区立柏木小学校

実施日		献立名	飲み物	材 料 名			栄 養 価
日	曜			血や筋肉のもとになるもの	熱や力のもとになるもの	体の調子をよくするもの	
17	げつ 月	わかめとじゃこのごはん ブリのから揚げ 野菜のからし和え 切り干し大根のみそ汁	牛乳	牛乳 ちりめんじゃこ わかめ ブリ 大豆 豆腐 油揚げ みそ	米 麦 油 砂糖 かたくり粉	しょうが こまつな ほうれんそう もやし にんじん 切り干し大根 ねぎ	677kcal 29.2g
18	か 火	【6年生献立☆世界の料理 韓国】 麦ごはん チーズタッカルビ 豚キムチスープ 果物（みかん） 	牛乳	牛乳 鶏肉 チーズ 豚肉	米 麦 油 砂糖 かたくり粉	キャベツ たまねぎ にんじん しょうが にんにく だいこん たけのこ はくさい キムチ にら みかん 	659kcal 25.5g
19	すい 水	ごはん サバのみそ煮 薬味和え のっぺい汁	牛乳	牛乳 サバ 油揚げ ちりめんじゃこ 豆腐	米 かたくり粉 砂糖 こんにゃく さといも	しょうが ねぎ こまつな もやし はくさい にんにく ごぼう にんじん だいこん	644kcal 29.7g
20	もく 木	【6年生献立☆郷土料理 神奈川県】 サンマーメン のらぼう菜のおひたし 石垣だんご	牛乳	牛乳 豚肉 油揚げ かつおぶし	中華麺 砂糖 油 かたくり粉 さつまいも 小麦粉 	にんにく しょうが こまつな もやし にんじん ねぎ のらぼう菜	600kcal 26.8g
21	きん 金	【6年生献立】 冬野菜のカレーライス しらすサラダ ウィンターフルーツゼリー 	牛乳	牛乳 鶏肉 寒天 しらす干し	米 麦 油 小麦粉 じゃがいも ごま 砂糖	たまねぎ にんにく しょうが にんじん かぼちゃ だいこん もやし こまつな キャベツ りんご いちご	711kcal 24.8g
24	げつ 月	天皇誕生日の振替休日					
25	か 火	【6年生献立】 タコライス 野菜スープ ティラミス風プリン	牛乳	牛乳 豚肉 豚レバー 大豆 チーズ ウインナー 生クリーム 寒天	米 麦 油 小麦粉 砂糖 じゃがいも	にんにく セロリ たまねぎ もやし にんじん ホールトマト キャベツ ホールコーン 	694kcal 24.4g
26	すい 水	麦ごはん すき焼き風肉豆腐 こまつなのおひたし 	牛乳	牛乳 豚肉 豆腐 だいず 油揚げ かつおぶし	米 麦 砂糖 油 糸こんにゃく	にんじん はくさい たまねぎ ねぎ もやし こまつな	619kcal 26.5g
27	もく 木	【6年生献立】 タルタルフィッシュバーガー ABCスープ 野菜のピリ辛づけ	牛乳	牛乳 タラ 鶏肉 ちりめんじゃこ	丸パン 油 小麦粉 パン粉 ABCマカロニ 卵不使用マヨネーズ	たまねぎ パセリ にんじん セロリ キャベツ かぶ きゅうり もやし だいこん	611kcal 24.3g
28	きん 金	【6年生献立】 親子丼 こまつなのみそ汁 果物（いちご） 	牛乳	牛乳 鶏肉 たまご 豆腐 わかめ みそ	米 麦 油 砂糖 じゃがいも	しょうが にんじん たまねぎ ごぼう ねぎ えのきたけ こまつな いちご	598kcal 25.6g

◎学校行事や食材費等の都合により、献立の変更並びに回数が少なくなることがあります。

【6年生献立】

先月に引き続き、6年生が家庭科の授業で考えた献立を実際に給食で提供します。お楽しみに☆



	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)
2月分 一日あたりの平均	650	27.2
3・4学年 1人1回当たりの 学校給食摂取基準	650	26.0