



2月予定献立表



令和7年度2月

都立六郷工科・大森グループ

月	火	水	木	金	この週の締切は 1月23日
2日	3日	4日	5日	6日	
ご飯 キーマカレー コーンサラダ フルーツヨーグルト 牛乳	大豆の炊き込みご飯 魚のかば焼き のり和え すいとん 牛乳	ご飯 八宝菜 中華コーンスープ 牛乳寒 牛乳	豚みそピリカラ丼 青のりポテト 白菜とえのきのスープ 果物 牛乳	ご飯 肉豆腐 酢の物 みそ汁 牛乳	
エネルギー - 850 kcal たんぱく質 33.4 g 脂質 33.0 g 食塩相当量 2.2 g	エネルギー - 774 kcal たんぱく質 37.0 g 脂質 22.6 g 食塩相当量 3.5 g	エネルギー - 774 kcal たんぱく質 34.7 g 脂質 21.1 g 食塩相当量 3.8 g	エネルギー - 804 kcal たんぱく質 30.7 g 脂質 27.9 g 食塩相当量 3.7 g	エネルギー - 750 kcal たんぱく質 35.9 g 脂質 24.5 g 食塩相当量 4.6 g	
9日	10日		12日	13日	この週の締切は 1月30日
ご飯 ハンバーグ 蒸しかぼちゃ みそ汁 果物 牛乳	ビビンバ さつまいもの韓国風きんぴら えびともやしのスープ 牛乳		ご飯 焼き魚 おかか和え 野菜炒め 豚汁 牛乳	チキンライス サイコロサラダ 野菜スープ チョコケーキ 牛乳	
エネルギー - 778 kcal たんぱく質 33.9 g 脂質 24.9 g 食塩相当量 3.0 g	エネルギー - 774 kcal たんぱく質 31.4 g 脂質 24.7 g 食塩相当量 3.7 g		エネルギー - 777 kcal たんぱく質 34.8 g 脂質 31.1 g 食塩相当量 4.3 g	エネルギー - 887 kcal たんぱく質 31.7 g 脂質 31.5 g 食塩相当量 4.1 g	
16日	17日	18日	19日	20日 六郷のみ	この週の締切は 2月6日
ご飯 白身魚のカレーパン粉焼き ポテトサラダ 豆乳コーンスープ 牛乳	揚げパン ポークビーンズ かぼちゃサラダ 果物 牛乳	ご飯 鶏肉のねぎ塩レモンたれ えのき和え すまし汁 プリン 牛乳	わかめご飯 ほうれん草ときのこのオムレツ ポトフ コールスロー 牛乳	ご飯 コロッケ 大根の煮物 みそ汁 牛乳	
エネルギー - 796 kcal たんぱく質 32.8 g 脂質 28.9 g 食塩相当量 2.6 g	エネルギー - 835 kcal たんぱく質 31.4 g 脂質 38.4 g 食塩相当量 2.9 g	エネルギー - 808 kcal たんぱく質 36.2 g 脂質 27.7 g 食塩相当量 3.1 g	エネルギー - 803 kcal たんぱく質 29.9 g 脂質 33.3 g 食塩相当量 3.7 g	エネルギー - 879 kcal たんぱく質 32.5 g 脂質 32.0 g 食塩相当量 3.3 g	
			26日	27日	この週の締切は 2月13日
		ご飯 ヤンニヨムチキン ゆでキャベツ ナムル ニラのスープ 牛乳	カレーうどん わかツナサラダ サーティーアンダーギー 牛乳		
		エネルギー - 834 kcal たんぱく質 33.5 g 脂質 36.2 g 食塩相当量 4.2 g	エネルギー - 792 kcal たんぱく質 35.3 g 脂質 29.5 g 食塩相当量 2.7 g		

※献立は都合により変更することがあります。♪…リクエストメニューです。