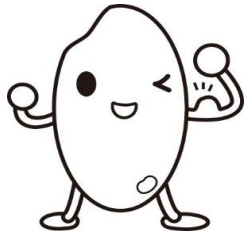


2月のこんだて

1日・15日（月）

さばの生姜煮
里芋のピーナッツあえ
納豆汁
390kcal

牛乳
お菓子



2日・16日（火）

豚肉のすき焼き風煮物
キャベツの昆布あえ
ちくわのすまし汁
344kcal

牛乳
インドサモサ（2日）
お茶
マカロニきなこ（16日）



3日（水）

完全給食
サラダ巻き
春巻き
ホタテとキャベツのスープ
522kcal

お茶
節分豆



4日・18日（木）

いわしのピザ風焼き
大豆サラダ
小松菜のスープ
462kcal

牛乳
お菓子



5日・19日（金）

名古屋風みそおでん
きゅうりのごまあえ
麩のすまし汁
301kcal

お茶
鬼まんじゅう（5日）
牛乳
ジャムロールパン（19日）



8日・22日（月）

鶏ちゃん焼き
ちりめんサラダ
トックスープ *
331kcal

牛乳
お菓子



9日・23日（火）

うどん入りほうとう
さばの塩焼き
切り干し大根の梅マヨ
544kcal

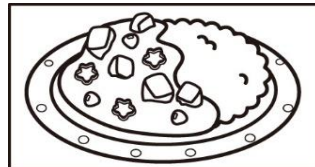
牛乳
揚げたこ焼き風（9日）
お茶
コーンドリア（23日）



10日・24日（水）

大豆のカレー
フルーツヨーグルト
464kcal

牛乳
お菓子



12日（金）

ハートハンバーグ
パスタサラダ
ジュリアンスープ
465kcal

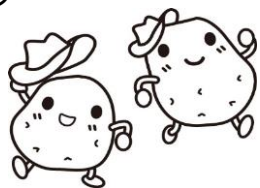
牛乳
チョコチップマフィン



17日（水）

カレー肉じゃが
いんげんのおかかあえ
わかめスープ
384kcal

牛乳
お菓子



25日（木）

赤魚のから揚げ
ほうれんそうの
ごまドレッシング
いわしのつみれ汁
371kcal

牛乳
お菓子



26日（金）

完全給食
ジャンバラヤ
ハートコロケ
白菜のツナサラダ
コンソメスープ
ヤクルト
591kcal
お茶・ヨーグルト



29日（月）

さわらのごま照り焼き
じゃが芋きんぴら
なめこのみそ汁
448kcal

牛乳
お菓子



※ 3日（水）・26日（金）は完全給食です。

白飯はいりません。

※ 4日（木）は、こあら組。

24日（水）は、きりん組のクッキングです。

献立表

日付	献立名	材料名			おやつ
		熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	
1 ・ 15 (月)	白飯 ・ さばの生姜煮 里芋のピーナッツあえ 納豆汁	米、さといも 砂糖	さば、納豆 みそ、わかめ ピーナッツバター	にんじん、ねぎ いんげん しょうが	牛乳 お菓子
2 ・ 16 (火)	白飯 ・ 豚肉のすき焼き風煮物 キャベツの昆布あえ ちくわのすまし汁	米、糸こんにゃく 砂糖	豚肉、焼き豆腐 ちくわ、なると 塩こんぶ	キャベツ、はくさい たまねぎ、にんじん えのきたけ、ねぎ	牛乳 インドサモサ (2日) お茶 マカロニきなこ (16日)
3 (水)	完全給食 サラダ巻き 春巻き ホタテとキャベツの スープ	米、春巻きの皮 マヨネーズ、砂糖 油、片栗粉	豚ひき肉、卵 ほたて貝柱 かにかまぼこ 焼きのり	レタス、キャベツ にんじん、にら たまねぎ、しめじ	お茶 節豆
4 ・ 18 (木)	白飯 ・ いわしのピザ風焼き 大豆サラダ 小松菜のスープ	米、マヨネーズ オリーブ油、小麦 粉	いわし、だいず とろけるチーズ ベーコン、ハム	こまつな、にんじん ブロッコリー たまねぎ、パセリ えのきたけ	牛乳 お菓子
5 ・ 19 (金)	白飯 ・ 名古屋風みそおでん きゅうりのごまあえ 麩のすまし汁	米、板こんにゃく 砂糖、ごま油 ふ	うずら卵、焼き豆 腐 平天、ちくわ、み そ ごま	だいこん、みつば きゅうり にんじん えのきたけ	お茶 鬼まんじゅう (5日) 牛乳 ジャムロールパン (19日)
8 ・ 22 (月)	白飯 ・ 鶏ちゃん焼き ちりめんサラダ トックスープ	米、トック ごま油	鶏肉、卵 しらす干し、みそ ごま、のり わかめ	キャベツ、きゅうり にんじん しいたけ、にら ねぎ、しょうが にんにく	牛乳 お菓子
9 ・ 23 (火)	白飯 ・ うどん入りほうとう さばの塩焼き 切り干し大根の梅マヨ	うどん、米 マヨネーズ 砂糖	さば、みそ 豚肉、ちくわ 油揚げ、ごま	だいこん、かぼちゃ はくさい、にんじん 切り干しだいこん ねぎ、うめ干し	牛乳 揚げたこ焼き風 (9日) お茶 コーンドリア (23日)
10 ・ 24 (水)	白飯 ・ 大豆のカレー フルーツヨーグルト	じゃがいも、米 砂糖	ヨーグルト、豚肉 だいず、牛乳 粉チーズ、脱脂粉 乳	たまねぎ、にんじん みかん缶、バナナ パイン缶、もも缶	牛乳 お菓子
12 (金)	白飯 ・ ハートハンバーグ パスタサラダ ジュリアンスープ	米、スパゲティー パン粉 マヨネーズ 油、オリーブ油 砂糖	合びき肉、牛乳 卵、ハム チーズ	たまねぎ キャベツ きゅうり にんじん	牛乳 チョコチップ マフィン
17 (水)	白飯 ・ カレー肉じゃが いんげんのおかかあえ わかめスープ	じゃがいも、米 砂糖、油	牛肉、かつお節 わかめ	いんげん、ねぎ たまねぎ にんじん、コーン グリーンピース	牛乳 お菓子
25 (木)	白飯 ・ 赤魚のから揚げ ほうれんそうの ゴマドレッシング いわしのつみれ汁	米、油 片栗粉、砂糖	赤魚、いわし みそ、ごま	ほうれんそう だいこん キャベツ、にんじん ねぎ、しょうが	牛乳 お菓子
26 (金)	完全給食 ジャンバラヤ ハートコロッケ 白菜のツナサラダ コンソメスープ ヤクルト	じゃがいも、米 パン粉、小麦粉 油	えび、ツナ缶 合びき肉、卵 ベーコン、バター	はくさい、たまねぎ キャベツ、にんじん きゅうり、コーン いんげん サラダ菜、トマト グリーンピース	お茶 ヨーグルト
29 (月)	白飯 ・ さわらのごま照り焼き じゃが芋きんぴら なめこのみそ汁	米、じゃがいも 油、ごま油 砂糖	さわら、豚肉 みそ、ハム ごま	だいこん、なめこ にんじん ピーマン、ねぎ	牛乳 お菓子