

2月のこんだて

1日・15日（水）

豚肉のすき焼き風
キャベツの昆布あえ
ちくわのみそ汁
355kcal

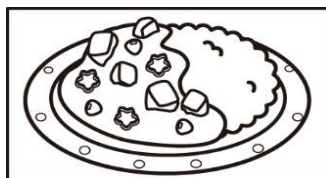
牛乳
お菓子



2日・16日（木）

大豆のカレー
フルーツヨーグルト
468kcal

牛乳
お菓子



3日（金）

完全給食
サラダ巻き
春巻き
ホタテとキャベツのスープ
529kcal

お茶
節分豆



6日・20日（月）

いわしのピザ風焼き
大豆のサラダ
小松菜のスープ
385kcal

牛乳
お菓子



7日・21日（火）

鶏ちゃん焼き
ちりめんサラダ
高野豆腐のすまし汁
301kcal

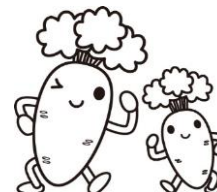
お茶
鬼まんじゅう（7日）
牛乳
西京みそトースト（21日）



8日・22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
382kcal

牛乳
お菓子



9日（木）

完全給食
つきたてもち
（きなこ・しょうゆ）
さつま汁
フルーツ
373kcal

牛乳
お菓子



10日・24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
302kcal

牛乳
揚げたご焼き風（10日）
インドサモサ（24日）



13日・27日（月）

さばの生姜煮
こまつな卵炒め
納豆汁
481kcal

牛乳
お菓子



14日（火）

ハートハンバーグ
パスタサラダ
ジュリアンスープ
488kcal

牛乳
ココア蒸しパン



17日（金）

鶏肉のかりん揚げ
切干し大根の梅マヨ
白菜のミルクスープ
522kcal

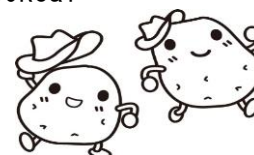
牛乳
アンパンマンパン



23日（木）

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
450kcal

牛乳
お菓子



28日（火）

完全給食
ビビンバチャーハン
ハートコロケ
白菜のサラダ
コンソメスープ
ヤクルト
612kcal

お茶・ヨーグルト



※8日（水）は、こあら組。23日（木）は、きりん組のクッキングがあります。

※9日（木）は、もちつき大会があります。

※3日（金）・9日（木）・28日（火）は完全給食です。

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 (水)	白飯 ・ 豚肉のすき焼き風 キャベツの昆布あえ ちくわのみそ汁	米、砂糖 糸こんにゃく	豚肉、焼き豆腐 ちくわ、みそ なると、塩こんぶ	キャベツ たまねぎ はくさい ほうれんそう にんじん、ねぎ	牛乳 お菓子
2 ・ 16 (木)	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 だいず水煮、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 パイ缶、もも缶	牛乳 お菓子
3 (金)	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 節分豆
6 ・ 20 (月)	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 小麦粉 オリーブ油 パン粉	いわし、ハム とろけるチーズ だいず水煮 ベーコン	こまつな、にんじん ブロッコリー たまねぎ えのきたけ、パセリ	牛乳 お菓子
7 ・ 21 (火)	白飯 ・ 鶏ちゃん焼き ちりめんサラダ 高野豆腐のすまし汁	米、油、砂糖 ごま油	鶏肉、しらす干し 高野豆腐、赤みそ わかめ	キャベツ、きゅうり たまねぎ、しめじ にら、ねぎ にんにく、しょうが	お茶 鬼まんじゅう (7日) 牛乳・西京みそ トースト (21日)
8 ・ 22 (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
9 (木)	完全給食 つきたてもち (きなこ・しょうゆ) さつま汁 フルーツ	もち米 さつまいも、砂糖	鶏肉、みそ 油揚げ、きな粉	バナナ、はくさい だいこん にんじん、ねぎ	牛乳 お菓子
10 ・ 24 (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、砂糖 板こんにゃく ごま油、ふ	うずら卵 焼き豆腐 はんぺん、ちくわ みそ、ごま 塩こんぶ	だいこん きゅうり にんじん えのきたけ みつば	牛乳 揚げたご焼き風 (10日) インドサモサ (24日)
13 ・ 27 (月)	白飯 ・ さばの生姜煮 こまつなの卵炒め 納豆汁	米、砂糖、油	さば、卵 絹ごし豆腐 ツナ油漬缶、納豆 みそ、かつお節 わかめ	ほうれんそう こまつな まいたけ しめじ、ねぎ しょうが	牛乳 お菓子
14 (火)	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、砂糖 スバゲティー マヨネーズ パン粉、油 オリーブ油	牛ひき肉、牛乳 卵、ハム	たまねぎ キャベツ きゅうり にんじん	牛乳 ココア蒸しパン
17 (金)	白飯 ・ 鶏肉のかりん揚げ 切り干し大根の梅マヨ 白菜のミルクスープ	米、片栗粉 油、砂糖 マヨネーズ	牛乳、鶏肉 ちくわ、ベーコン ごま、粉チーズ バター	はくさい、たまねぎ にんじん、梅干し 切り干し大根 ブロッコリー しょうが	牛乳 アンパンマン パン
23 (木)	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
28 (火)	完全給食 ビビンバチャーハン ハートコロッケ 白菜のサラダ コンソメスープ ヤクルト	じゃがいも、米 パン粉、小麦粉 油、砂糖 ごま油	豚ひき肉、卵 合ひき肉 ハム、ごま	はくさい、キャベツ にんじん、もやし ほうれんそう きゅうり、たまねぎ いんげん、サラダ菜 ねぎ、しょうが にんにく	お茶 ヨーグルト