

2月給食予定献立表

TEL:966-8515

行事 欠食	日 (曜日)	献立名	主な食品と体内でのはたらき		
			おもに体の組織をつくる (赤の食品) たんぱく質・無機質	おもにエネルギーとなる (黄の食品) 炭水化物・脂肪	おもに体の調子を整える (緑の食品) ビタミン
	3 月	牛乳 わかめごはん すまし汁 豆腐チャンプルー 節分豆	牛乳 わかめ がんもどき 豆腐 かまぼこ ツナ 大豆	米 麦 油 砂糖 米粉	大根 白菜 人参 椎茸 ねぎ からし菜 きやべつ もやし
	4 火	牛乳 麦ごはん 肉じゃが 海藻サラダ	牛乳 豚肉 ツナ 海藻	米 麦 じゃが芋 こんにゃく 砂糖 油 ドレッシング	人参 玉ねぎ 椎茸 いんげん 大根 胡瓜
山幼	5 水	牛乳 チャーハン 中華わかめスープ パンウースー 果物	牛乳 豚肉 グリンピース わかめ 鶏肉 ハム 卵	米 麦 油 ごま ごま油 春雨 砂糖	人参 玉ねぎ 竹の子 椎茸 長ねぎ 胡瓜 果物
	6 木	牛乳 もちきびごはん 白菜と豚肉のお汁 南瓜とひき肉のフライ 千草和え	牛乳 豚肉 わかめ みそ	米 もちきび じゃが芋 小麦粉 パン粉 油 糸削り ごま油 砂糖	白菜 人参 チンゲン菜 椎茸 南瓜 胡瓜 小松菜 きやべつ 木くらげ
	7 金	牛乳 黒米ごはん イナムドウチ 魚のピリ辛焼き 白和え	牛乳 豚肉 かまぼこ みそ さば ツナ 豆腐	米 麦 黒米 こんにゃく 砂糖 ごま油 ごま	椎茸 ねぎ 生姜 にんにく 小松菜 人参
	10 月	牛乳 黒糖パン プロッコリーのトマト煮 マッシュポテト 果物缶	牛乳 豚肉 ウインナー 白花・大福豆	黒糖パン 油 じゃが芋 マヨ ネーズ	プロッコリー 人参 玉ねぎ 大根 トマト コーン もも
	12 水	牛乳 麦ごはん 大根のすまし汁 からし菜炒め 果物	牛乳 わかめ 豆腐 ベーコン かまぼこ	米 麦 油	大根 椎茸 ねぎ からし菜 人参 果物
	13 木	牛乳 麦ごはん みそ汁 魚の竜田揚げ 青菜の和え物	牛乳 豚肉 わかめ みそ サバ	米 麦 じゃが芋 小麦粉 でん粉 油 砂糖 ごま 砂糖 ごま油	白菜 人参 チンゲン菜 椎茸 生姜 胡瓜 小松菜 もやし
	14 金	牛乳 カレーピラフ 白菜とベーコンのスープ オムレツのケチャップソースかけ 果物	牛乳 ウインナー グリンピース ベーコン 豚肉 卵	米 麦 油 じゃが芋 砂糖	人参 玉ねぎ 赤ピーマン 白菜 果物
	17 月	牛乳 黒糖揚げパン マッシュルームスープ キャベツとコーンのソテー	牛乳 きな粉 鶏肉 白花・大福豆 脱脂粉乳 生クリーム ウインナー	パン 砂糖 黒糖 油 じゃが芋 小麦粉 バター	マッシュルーム 人参 玉ねぎ パセリ きやべつ コーン
仲幼	18 火	牛乳 もずく丼(麦ごはん・もずく丼の具) かき玉汁 果物	牛乳 もずく 豚肉 かまぼこ 卵 豆腐	米 麦 でん粉 油	人参 玉ねぎ 小松菜 赤ピーマン きやべつ にんにく えのき茸 ねぎ 果物
山幼	19 水	牛乳 カレーうどん 野菜と鶏肉のごまドレ和え さつま芋のパイ	牛乳 豚肉 なると 油揚げ 鶏肉	うどん 油 ごま ドレッシング さつま芋 小麦粉 パン粉 砂糖 マーガリン	人参 玉ねぎ きやべつ ホーレン草 椎茸 胡瓜 大根 レーズン
	20 木	牛乳 ジューシー じゃが芋としめじのみそ汁 ツナ和え物 卵焼き	牛乳 昆布 かまぼこ 油揚げ 豆腐 卵	米 麦 油 じゃが芋 ごま 砂糖	人参 ごぼう 椎茸 いんげん しめじ にら
安幼 恩幼 1組	21 金	牛乳 麦ごはん 具たくさん汁 ちくわのマヨネーズ焼き ひじきの青菜和え	牛乳 ちくわ 脱脂粉乳 生クリーム ひじき ハム	米 麦 里芋 こんにゃく マヨネーズ 砂糖	人参 大根 椎茸 ねぎ 生姜 パセリ 胡瓜 小松菜 レモン
仲校 恩校	25 火	牛乳 麦ごはん 春雨スープ いり豆腐 果物	牛乳 ハム 卵 豆腐 豚肉 ひじき	米 麦 春雨 でん粉 油	人参 小松菜 白菜 長ねぎ にら 椎茸 果物
喜小	26 水	牛乳 麦ごはん えのきのみそ汁 うじら豆腐 おかか和え	牛乳 豚肉 わかめ みそ 豆腐 すり身 ひじき しらす干し むき枝豆 卵 糸削り	米 麦 油 砂糖	大根 えのき茸 小松菜 木くらげ 白菜 胡瓜
安幼	27 木	牛乳 タコライス (麦ごはん・タコスミート・きやべつ・チーズ) ヌードルコンソメスープ	牛乳 豚肉 牛肉 レバー 大豆 チーズ 鶏肉	米 麦 油 スパゲティー	人参 玉ねぎ にんにく きやべつ 白菜 パセリ
恩幼 2組	28 金	牛乳 もちきびごはん みそ汁 焼き魚の甘酢かけ きやべつのゆずドレ和え	牛乳 油揚げ みそ 鮭 ツナ	米 もちきび じゃが芋 砂糖 ドレッシング	しめじ にら シークヮーサー きやべつ 人参 もやし 胡瓜