

2月



 こんだてひょう


日	献立名 ※牛乳は毎日つきます	体をつくるもとになる (赤の食品)	体の調子を整えるもとになる (緑の食品)	エネルギーのもとになる (黄色の食品)
3 (月)	ごはん	脱脂粉乳		こめ
	しらたまだんごじる	ぶた肉	ながねぎ★ たまねぎ はくさい★ にんじん こまつな	白玉だんご さとう
	いわしカリカリフライ (2 ほん)	いわし		油 じゃがいも でんぶん こめ粉
	いそかおりあえ	のり	ほうれんそう はくさい★	
	まめこんぶ	大豆 こんぶ		さとう
4 (火)	しよくパン			食パン
	ふゆやさいのクリームに	とり肉 ほたて 牛乳 白花豆 いんげん豆	にんじん かぶ はくさい★ ほうれんそう	じゃがいも★ バター 生クリーム 小麦粉
	ハーブチキン	とり肉	にんにく	オリーブ油
	ごぼうサラダ	ツナ	ごぼう キャベツ きゅうり コーン	
5 (水)	ごはん	脱脂粉乳		こめ
	とりにくのフォー	とり肉	にんじん はくさい★ こまつな ながねぎ★	フォー
	チーズダッカルビ	とり肉 チーズ	しょうが にんにく キャベツ たまねぎ にら	ごま油
	みかん		みかん	
6 (木)	ごはん	脱脂粉乳		こめ
	ほうれんそうのみそしる	あぶらあげ みそ	ほうれんそう しいたけ ながねぎ★	
	ほっけのてりやき	ほっけ		さとう
	あんかけどうふ	とうふ とり肉 大豆	しいたけ たまねぎ さやいんげん しょうが	でんぶん さとう 油
7 (金)	ナポリタン	ベーコン	トマト にんにく たまねぎ にんじん ピーマン	スパゲッティ 油 さとう
	チキンのオープンやき	とり肉		パン粉 さとう
	きりぼしだいこんサラダ	のり	切干大根 きゅうり にんじん	ごま さとう ごま油
10 (月)	コッペパン			パン
	カレースープ	ぶた肉	にんじん たまねぎ かぼちゃ こまつな ぶなしめじ	おおむぎ 油 でんぶん さとう
	メンチカツ	ぶた肉 とり肉	たまねぎ	パン粉 さとう
	ヨーグルトあえ	ヨーグルト	パイン みかん もも	
12 (水)	ごはん	脱脂粉乳		こめ
	まろやかとんじる	ぶた肉 とうふ チーズ みそ 牛乳 白花豆 いんげん豆	ながねぎ★ ごぼう にんじん	つきこんにゃく じゃがいも★ 油
	さばのてりやき	さば		さとう
	あおなのしらすあえ	しらす のり	こまつな もやし にんじん	さとう ごま
13 (木)	かみかみどん	脱脂粉乳 ぶた肉 みそ	ごぼう れんこん にんじん エリンギ ピーマン	こめ つきこんにゃく 油 さとう ごま ごま油 でんぶん
	かぶのみそしる	あぶらあげ とうふ みそ	かぶ こまつな	
	ブロッコリーのわふうあえ	するめ ヨーグルト みそ	ブロッコリー にんじん	
14 (金)	おやこうどん	とり肉 鶏卵 あぶらあげ	たまねぎ にんじん こまつな ながねぎ★ しいたけ	うどん さとう でんぶん
	かぼちゃてんぷら		かぼちゃ	油 小麦粉
	ヨーグルト	ヨーグルト		

今月の長万部食材（予定）は、**長ねぎ、じゃがいも、大根、白菜**です。（★がつく日）

物資購入の都合により、献立・食材に変更が生じる場合があります。

※給食おやすみ 高校…12日、19～20日、28日

2月



こんだてひょう



日	献立名 ※牛乳は毎日つきます	体をつくるもとになる (赤の食品)	体の調子を整えるもとになる (緑の食品)	エネルギーのもとになる (黄色の食品)
17 (月)	ハヤシライス	ぶた肉 牛乳 脱脂粉乳	にんにく しょうが にんじん たまねぎ マッシュルーム ブルーン	こめ じゃがいも★ バター
	ブロッコリーのカレーあえ	ツナ	ブロッコリー	さとう ごま
	ももゼリー		もも果汁	水あめ さとう
18 (火)	ごはん	脱脂粉乳		こめ
	すきやき	とうふ ぶた肉 ちくわ	たまねぎ にんじん ながねぎ★ えのきたけ ほうれんそう	焼ふ はるさめ さとう
	ぶりのてりやき	ぶり		さとう
	りんご		りんご	
19 (水)	ごはん	脱脂粉乳		こめ
	ミートボールスープ	とり肉 ぶた肉	えのきたけ にんじん はくさい★ たまねぎ	はるさめ ごま油
	チキンみそカツ	とり肉 みそ		油 パン粉 小麦粉
	キャベツのちゅうかサラダ	ツナ ひじき	キャベツ コーン	さとう ごま油 ごま
20 (木)	ごはん	脱脂粉乳		こめ
	はくさいのみそしる	あぶらあげ みそ	はくさい★ えのきたけ	
	おこのみやきたまご	鶏卵 ぶた肉 あおさ かつおぶし	キャベツ	さとう
	きんぴらごぼう		ごぼう にんじん	つきこんにやく 油 さとう ごま油 ごま
21 (金)	ぶたにらパスタ	ぶた肉	たまねぎ にら にんじん しいたけ にんにく	スパゲッティ バター
	ポテトサラダ	ツナ	えだまめ たまねぎ コーン	じゃがいも★ ごま
	かぼちゃプリン		かぼちゃ	さとう 水あめ
25 (火)	コッペパン			パン
	しろはなまめポタージュ	白花豆 いんげん豆 ベーコン 脱脂粉乳 牛乳	たまねぎ にんじん パセリ	じゃがいも★ バター 小麦粉
	トマトオムレツ	鶏卵	トマト たまねぎ	油
	ブロッコリーのチーズソテー	チーズ	ブロッコリー コーン	油
26 (水)	ごはん	脱脂粉乳		こめ
	じゃがいものみそしる	あぶらあげ みそ	こまつな にんじん ながねぎ★	じゃがいも★
	ぶりのピリからやき	ぶり		さとう
	やさいのみぞれに	とり肉 あぶらあげ	にんじん ごぼう れんこん しいたけ だいこん★	さとう 油
27 (木)	ごはん	脱脂粉乳		こめ
	えびどうふスープ	えび とうふ	ほうれんそう ながねぎ★	でんぶん ごま ごま油
	ぎょうざ	ぶた肉	キャベツ たまねぎ にら	油 小麦粉 でんぶん
	ポテトのオイスターソースいため	ぶた肉	にんじん チンゲンサイ	じゃがいも★ 油
28 (金)	わふうスパゲッティ	ベーコン こんぶ ひじき あおさ	たまねぎ ピーマン にんじん ぶなしめじ にんにく しいたけ	スパゲッティ バター
	とうふナゲット (2こ)	とうふ すりみ 豆乳	たまねぎ	油 さとう 小麦粉
	キャベツのサラダ	ツナ	キャベツ コーン	ごま

今月の長万部食材（予定）は、**長ねぎ、じゃがいも、大根、白菜**です。（★がつく日）

物資購入の都合により、献立・食材に変更が生じる場合があります。

※給食おやすみ 高校…12日、19～20日、28日