

2月の給食メニュー

献立の下の数値は左からエネルギー(kcal)・たんぱく質(g)・脂質(g)です。

1日(月)	2日(火)	3日(水)	4日(木)	5日(金)
セルフおにぎり 牛乳 塩鮭 ひじき金平 打ち豆汁 いよかん 658kcal 32g 16g	えびかつバーガー (米粉丸パン) 牛乳 甘夏サラダ 大豆トマト煮 694kcal 31g 27g	鮭ごはん 牛乳 ぎせい豆腐 おひたし 大根の味噌汁 福豆 678kcal 34g 21g	ごはん 牛乳 焼肉 粉ふきいも もずく味噌汁 バナナ 659kcal 27g 16g	ごはん 牛乳 鯖ごま味噌焼き のりマヨネーズあ え 白玉汁 いちご 692kcal 29g 21g
8日(月)	9日(火)	10日(水)	11日(木)	12日(金)
ごはん 牛乳 鶏肉照り焼き もやし炒め 若布の味噌汁 手作りココアプ リン 696kcal 29g 22g	きのこうどん 牛乳 えび天ぷら 浅漬け 717kcal 28g 22g	ひき肉と大豆の カレー麦ライス 牛乳 温野菜サラダ ぼんかん 681kcal 23g 20g	建国記念の日	ごはん 牛乳 厚揚げのごまだれ 磯あえ 鮭の粕汁 690kcal 28g 23g
15日(月)	16日(火)	17日(水)	18日(木)	19日(金)
ごはん 牛乳 すきやき煮 ししゃも風味あげ 即席漬け 645kcal 27g 21g	カレーピラフ 牛乳 鶏肉香り焼き ゆでブロッコリー 野菜スープ いちごタルト 683kcal 29g 20g	ごはん 牛乳 鯖味噌焼き 白菜甘酢漬け のっぺい汁 641kcal 29g 18g	ごはん 牛乳 鮭のコーン マヨネーズ焼き ひじき炒め煮 里いもの味噌汁 オレンジ 653kcal 26g 22g	ごはん 牛乳 麻婆豆腐 えびチリ ほうれん草ナムル 680kcal 33g 21g
22日(月)	23日(火)	24日(水)	25日(木)	26日(金)
振替休日	ちゃんぽん麺 牛乳 切り干し大根 ごまあえ スイートポテト 661kcal 27g 17g	ごはん 牛乳 味噌ひれかつ おひたし 豆腐のうすくず汁 687kcal 33g 19g	ごはん 牛乳 鯨肉のオーロラソー ス きゃべつ浅漬け チンゲンサイスープ ミルクデザート 669kcal 28g 18g	ハヤシライス 牛乳 花野菜サラダ 豆腐チーズケーキ 691kcal 23g 22g