

月	火	水	木	金
<p>☆郷土料理、地場産物は太字になっています。 ☆毎月19日は食育の日です。</p> <p>地場産物</p> <p>小松菜、キャベツ、えのきたけ、 長ねぎ、さといも、豆腐、厚揚げ、 おから、あやめみそ</p> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin: 5px 0;"> <p>天候や生育状況により八百屋さんからの納品になる場合があります</p> </div> <p>※献立は都合により変更になることがあります。</p>		<p>日付 給食のない学校・学年 その他の連絡</p>	<p>1</p>	<p>2 【節分献立・麩の日】 住吉小3・6年生なし</p>
		(献立)	<p>ごはん ハンバーグのおろしソース ポテトサラダ 白菜のとろとろ卵スープ 牛乳</p>	<p>節分豆ごはん いわしの甘露煮 昆布和え 新発田麩のみそ汁 牛乳 節分デザート</p>
		黄色の食品 (熱や力になる食品)	米 じゃがいも じゃがいも じゃがいも 油 ノンエッグマヨネーズ 春雨	米 じゃがいも 新発田麩 砂糖 ごま でん粉
		赤色の食品 (体をつくる食品)	鶏肉 豚肉 卵 青大豆 かまぼ こ 牛乳	大豆 いわし 豆腐 昆布 わか め あやめみそ 豆乳 牛乳
		緑色の食品 (体の調子を整える食品)	玉ねぎ 大根 にんじん きゅうり キャベツ 白菜 長ねぎ えのきたけ	キャベツ にんじん もやし 大根 長ねぎ しょうが えのきたけ
		エネルギー	小: 633 kcal 中: 789 kcal	小: 601 kcal 中: 743 kcal
5	6 【のりの日】	7	8 御免町小4年生なし	9 佐々木小6年生なし
<p>ごはん 鶏つくね 大豆もやしのナムル キムチチゲ 牛乳</p>	<p>ごはん れんこんメンチカツ 個袋ソース 磯マヨ和え たぬき汁 牛乳</p>	<p>ソフトめん まめミートソース シャキシャキポテトサラダ 牛乳 ぼんかん</p>	<p>ごはん えびシューマイ 大根の中華和え 豆腐の中華スープ 牛乳</p>	<p>ごはん いか磯辺フライ 卵の花炒り あさりのかきたまみそ汁 牛乳</p>
米 パン粉 砂糖 でん粉 油 ごま	米 さといも 砂糖 でん粉 パ ン粉 油 ノンエッグマヨネーズ	ソフトめん じゃがいも 油 砂 糖 小麦粉 米粉 でん粉 ごま	米 小麦粉 油 パン粉 でん粉 砂糖 ごま	米 パン粉 小麦粉 でん粉 じゃがいも 油 砂糖
鶏肉 豚肉 豆腐 みそ ひじき 牛乳	豚肉 鶏肉 青大豆 さつま揚げ のり 牛乳	豚肉 ツナ 大豆 いんげん豆 みそ チーズ 牛乳	えび たら ぼたて 豚肉 豆腐 わかめ 牛乳	いか 鶏肉 あさり 卵 豆腐 おから 豆乳 のり ひじき あやめみそ 牛乳
玉ねぎ にんじん 大豆もやし もやし 小松菜 白菜 長ねぎ しょうが にん じんにく えのきたけ	れんこん 玉ねぎ 小松菜 キャベツ にんじん ごぼう 長ねぎ 大根 しょ うが こんにゃく	玉ねぎ にんじん トマト きゅう り キャベツ にんにく パセリ ぼんかん	大根 にんじん きゅうり 白菜 玉ね ぎ しょうが 長ねぎ 干しいたけ	ごぼう にんじん 長ねぎ 玉ねぎ 小 松菜 しめじ 干しいたけ こんにゃ く
小: 619 kcal 中: 752 kcal	小: 646 kcal 中: 780 kcal	小: 720 kcal 中: 876 kcal	小: 571 kcal 中: 727 kcal	小: 606 kcal 中: 740 kcal
12	13 【猿橋中リクエスト献立】	14	15	16 佐々木小1・2年生なし
振替休日	<p>梅ごはん 鶏肉のから揚げ 春雨サラダ ワンタンスープ 牛乳 りんごタルト</p>	<p>横割り丸パン 野菜コロッケ 個袋ソース ミックスビーンズのサラダ 冬野菜のポトフ 牛乳</p>	<p>ごはん さばの照り焼き アーモンドきんぴら 白菜と厚揚げのみそ汁 牛乳</p>	<p>大豆ミート入り中華丼 (ごはん) 揚げ春巻 フルーツのゼリー和え 牛乳</p>
	米 春雨 ワンタン 砂糖 油 ごま 米粉 でん粉	パン じゃがいも パン粉 小麦 粉 油 砂糖 でん粉	米 さといも アーモンド 砂糖 油	米 小麦粉 油 でん粉 春雨 砂糖 米粉
	鶏肉 豆乳 牛乳	鶏肉 大豆 いんげん豆 牛乳	さば 豚肉 厚揚げ あやめみそ 牛乳	豚肉 大豆 なたと 牛乳
	梅 もやし きゅうり にんじん 白菜 長ねぎ コーン メンマ しょうが 干しいたけ りんご	玉ねぎ にんじん 大根 白菜 かぼち 枝豆 キャベツ フロccoli コーン にんにく パセリ	ごぼう にんじん れんこん 白菜 長 ねぎ さやいんげん こんにゃく えの きたけ	玉ねぎ にんじん もやし 白菜 たけのこ キャベツ しょうが にんにく さやえんどう 干しいたけ み かん パイン りんご果汁 ぶどう果汁
小: 704 kcal 中: 836 kcal	小: 601 kcal 中: 782 kcal	小: 614 kcal 中: 744 kcal	小: 695 kcal 中: 878 kcal	
19 【食育の日献立】	20 【北海道産ぼたて応援 献立】	21 佐々木中1・2年生なし	22	23
<p>ごはん おからコロッケ おからマヨ和え 小煮物 牛乳</p>	<p>ぼたて豆乳ドリア (カレー風味ライス) オムレツ 海藻とこんにゃくのサラダ 牛乳</p>	<p>ゆでうどん 和風かけ汁 もち入り信田煮 ごまびたし 牛乳</p>	<p>ごはん ツナたま丼の具 カレーマヨたく和え 大根と打ち豆のみそ汁 牛乳</p>	<p>天皇誕生日</p> <p>2月の給食は、大豆や 豆製品をたくさん使って います。</p>
米 じゃがいも さといも 砂糖 油 パ ン粉 小麦粉 米粉 ノンエッグマヨネーズ	米 じゃがいも 油 でん粉 砂 糖 ごま	うどん もち 砂糖 ごま でん 粉	米 春雨 じゃがいも 砂糖 ノ ンエッグマヨネーズ 油	
おから 大豆 豚肉 鶏肉 かま ぼこ ひじき かつお節 牛乳	ぼたて 卵 豆乳 わかめ 牛乳	鶏肉 かまぼこ 油揚げ 牛乳	ツナ 卵 油揚げ 打ち豆 あや めみそ 牛乳	
にんじん キャベツ もやし ごぼう れんこん たけのこ 大豆もやし 干 しいたけ こんにゃく	玉ねぎ にんじん フロccoli キャ ベツ きゅうり コーン しめじ こん にゃく	ごぼう にんじん 白菜 小松菜 長 ねぎ キャベツ もやし フロccoli えのきたけ 干しいたけ	玉ねぎ にんじん 大根 キャベツ きゅうり 小松菜 しょうが えの きたけ	
小: 656 kcal 中: 798 kcal	小: 675 kcal 中: 830 kcal	小: 629 kcal 中: 735 kcal	小: 663 kcal 中: 821 kcal	
26	27	28	29	
<p>麦ごはん ポークカレー 五目春雨炒め 牛乳 いよかんゼリー</p>	<p>ごはん さばのみそ煮 きな粉和え 大根のそぼろ煮 ジョア(ブルーベリー味)</p>	<p>背割りコッペパン チリコンカン 白菜のコールスローサラダ あさりの豆乳チャウダー 牛乳</p>	<p>ごはん だし巻き卵 ごまおからきりざい 豚汁 牛乳</p>	
米 麦 じゃがいも 油 カレ ールウ 春雨 砂糖	米 砂糖 でん粉 ごま 油	パン じゃがいも 油 砂糖 米粉 でん粉 ノンエッグマヨネーズ	米 じゃがいも 油 砂糖 でん 粉 ごま	
豚肉 ちくわ チーズ 牛乳	さば 厚揚げ きなこ 鶏肉 大 豆 みそ ジョア	鶏肉 大豆 あさり いんげん豆 ベーコン 豆乳 牛乳	卵 納豆 かつお節 豚肉 厚揚 げ みそ 牛乳	
しょうが にんにく 玉ねぎ にんじん もやし たら たけのこ りんご いよ かん果汁	小松菜 もやし にんじん 玉ねぎ 大根 さやいんげん しょうが 干しいたけ こんに ゃく ブルーベリー果汁 アローニャ果汁	玉ねぎ トマト 白菜 きゅうり にん じん にんにく コーン しめじ パセ リ	小松菜 玉ねぎ にんじん 大根 長ねぎ こんにゃく	
小: 647 kcal 中: 792 kcal	小: 617 kcal 中: 767 kcal	小: 635 kcal 中: 810 kcal	小: 609 kcal 中: 744 kcal	