

2月 給食献立表

令和5年

日	曜	主食	献立名	午後のおやつ	赤色の食品 骨・筋肉・血をつくる	黄色の食品 力と体温のもと	緑色の食品 身体の調子を整える	
1	水	ごはん	大根と麩の味噌汁・ツナ入り卵焼き・磯和え	うどんかりんとう	ツナ・鶏卵	油	大根・ねぎ・白菜・人参・ほうれん草	
2	木	かき揚げ丼	ほうれん草と油揚げの味噌汁・かき揚げ・和風サラダ	ココアういろ	しらす	油	ほうれん草・人参・キャベツ・きゅうり	
3	金	 ~節分お楽しみメニュー~ 						
4	土	なめこうどん	なめこうどん・チキンサラダ・チーズ	お菓子	鶏肉	うどん・ドレッシング	ねぎ・人参・きゅうり・もやし	
6	月	ごはん	豆腐と麩の澄まし汁・鯖のごま味噌煮・なめたけ和え	あんこスコーン	鯖・豆腐	ごま	ねぎ・キャベツ・人参・ほうれん草	
7	火	ジャムパン	オニオンベークンスープ・れんこんバーグ・ポテトサラダ	五平餅風おにぎり	ベーコン・豚肉	じゃがいも・マヨネーズ	玉ねぎ・れんこん・きゅうり・人参	
8	水	カレーピラフ	シチュー・彩り野菜のごまサラダ	肉まん	鶏肉	ごま・ドレッシング	ブロッコリー・キャベツ・玉ねぎ	
9	木	ごはん	玉ねぎのえのきの味噌汁・鶏肉の卵とじ・ゆかり和え	ハムチーズマフィン	鶏肉・鶏卵	油	玉ねぎ・人参・キャベツ・ほうれん草	
10	金	焼肉丼	わかめスープ・豚肉のスタミナ焼き・ナムル	レーズンケーキ	豚肉	ごま・ごま油	玉ねぎ・ねぎ・もやし・人参・きゅうり	
13	月	ごはん	ほうれん草となめこの味噌汁・鶏肉の乳麩焼き・だいこんサラダ	お麩ラスク	鶏肉	ごま	ほうれん草・ねぎ・玉ねぎ・大根	
14	火	スパゲティ	コンソメスープ・ミートソーススパゲティ・コールスローサラダ・パフェ	フライドポテト	豚肉	スパゲティ	人参・きゅうり・キャベツ・玉ねぎ	
15	水	ごはん	豆腐とねぎの味噌汁・鮭の塩焼き・納豆和え	メロンパンクッキー	鮭・豆腐	油	ねぎ・ほうれん草・人参・切り干し大根	
16	木	チキンカレー	チキンカレー・バンサンスー・フルーツヨーグルト	シュガースティック	鶏肉・鶏卵	じゃがいも	人参・玉ねぎ・もやし・きゅうり	
17	金	ごはん	里芋と玉ねぎの味噌汁・豚肉の生姜焼き・春雨サラダ	ゼリー・せんべい	豚肉	里芋・ごま	玉ねぎ・キャベツ・人参・ほうれん草	
18	土	けんちんうどん	けんちんうどん・ツナ和え・チーズ	お菓子	豚肉・ツナ	ドレッシング・ごま	人参・大根・ねぎ・もやし・きゅうり	
20	月	ジャムパン	ミネストローネ・鶏肉のマスタード焼き・サラスパサラダ	おにぎり	鶏肉・ベーコン	じゃがいも・マヨネーズ	玉ねぎ・人参・キャベツ・きゅうり	
21	火	ごはん	大根とあおさの味噌汁・あんかけ卵焼き・海藻サラダ	豆腐パン	豚肉・鶏卵	片栗粉・ごま	大根・玉ねぎ・キャベツ・きゅうり	
22	水	こぐまオリジナル ふりかけごはん	豚汁・具だくさんひじき煮・チーズ	誕生日おやつ	豚汁	じゃがいも	人参・ねぎ・さやいんげん・玉ねぎ	
24	金	ごはん	小松菜と油揚げの味噌汁・鮭の照り焼き・塩昆布和え	ババロア	鮭・豆腐	ごま	小松菜・ねぎ・キャベツ・人参	
25	土	ケチャップライス	ポトフ・フレンチサラダ	お菓子	ウィンナー	じゃがいも	ブロッコリー・玉ねぎ・キャベツ	
27	月	ごはん	えのきと麩の味噌汁・肉じゃが・じゃこ和え	メープルトースト	しらす・豚肉	じゃがいも	ねぎ・人参・キャベツ・きゅうり	
28	火	カレーうどん	カレーうどん・ごまサラダ	春巻き	豚肉	じゃがいも	人参・セロリ・玉ねぎ・もやし・きゅうり	

※ 毎日デザートがつきます。給食内容を変更する場合があります。どうぞご了承ください。

★ 2月14日(火) ばら、ひまわり、さくら組はお楽しみクッキングの日です♡