

# 2月 献立表



月				火			水			木			金					
				<b>1</b>			<b>2</b>			<b>3</b> 節分献立			<b>4</b>					
				ごはん ヤンニョムチキン ナムル 卵ワカメスープ 牛乳			チョコチップ ビスキュイパン ツナサラダ ポークビーンズ 牛乳			鶏ごぼうごはん 大豆といりこの甘辛煮 つみれ汁 牛乳			キムチチャーハン 中華風コーンスープ おかしな目玉焼き 牛乳					
エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂質 (g)	842	29.6	31.5	849	31.8	35.7	783	35.1	26.1	847	26.2	26.4				
<b>7</b>				<b>8</b> ブックメニューの日			<b>9</b>			<b>10</b>			<b>11</b>					
こぎつねごはん 白身魚の照り焼き 茎ワカメのきんぴら みそ汁 牛乳				カレーうどん もちっこ春巻き 牛乳			菜めし おでん オレンジゼリー 牛乳			コロッケバーガー ひよこ豆サラダ ヨーグルト 牛乳			建国記念 の日					
753	33.7	18.9	838	32.5	28.9	811	33.4	23.2	819	31.1	30.0							
<b>14</b> バレンタイン献立				<b>15</b> ブックメニューの日			<b>16</b>			<b>17</b> ブックメニューの日			<b>18</b>					
フィットチーネ サーモンクリームソース ココアケーキ 牛乳				麦ごはん 豚肉とキャベツのみそ炒め 春雨スープ ナタデココ入り ブドウゼリー 牛乳			ごはん ししゃもの磯辺揚げ ゴマあえ みそけんちん汁 牛乳			きなこ揚げパン パリパリサラダ ヌードル入り ミルクスープ 牛乳			ごはん 鶏肉の南部焼き 干草あえ 塩豚汁 牛乳					
896	30.7	33.4	804	27.0	19.5	779	27.8	26.3	797	29.1	32.0	805	35.4	32.0				
<b>21</b>				<b>22</b>			<b>23</b>			<b>24</b>			<b>25</b>					
メキシカンピラフ イタリアンオムレツ ミネストローネ 牛乳							天皇誕生日											
← 期 末 考 査 →																		
819	32.4	29.3																
<b>28</b>				※都合により、献立や食材を変更することがあります。あらかじめご了承ください。														
セコデボンジョ イタリアンサラダ カフェオレゼリー 牛乳				●太字はリクエスト給食●														
				学校給食 摂取基準			エネルギー たんぱく質 脂質			830Kcal 27.0~41.5g 18.4~27.6g			今月の平均			818 31.1 27.7		
831	31.3	25.3																



～今月の和食の日～

**2月3日 節分献立**

節分は、立春の前日のことで、冬から春へと季節が移り変わる日です。豆まきをして鬼(邪気)を払い、豆を食べて1年の幸福を祈ります。また、イワシの匂いで鬼を追い払うことができるとも言われています。

ブックメニューの日

8日(火)は『よるこびの歌』、15日(火)は『宇宙のみなしご』、17日(木)は『ヤーガの走る家』に出てくる料理を給食で再現します。本の中ではどのように登場するか、ぜひ図書室へチェックしに行きましょう!