



2月の献立表

月		火	水	木	金																																				
<p>☆印の付いている献立は卒業生(高等部3年生・中学部3年生・小学部6年生)からのリクエスト献立を取り入れています。詳しくは裏面の給食だよりを御覧下さい。</p> <p>【節分】</p> <p>節分は季節の変わり目に行う節分祭の行事で中国から伝わりました。節分に行う豆まきは、平安時代は12月の大みそかに行われていたそうです。2月の節分に行うようになったのは室町時代に入ってからだそうです。</p> <p>また、ひいらぎの小枝の先にいわしの頭を刺して戸口に飾ったり、いわしを焼いて食べる習慣がある地域もあります。「福は内、鬼は外」のかけ声とともに家族の幸せを祈る節分の行事。ぜひ伝えていきたいですね。</p> 		<p>1</p> <ul style="list-style-type: none"> ソフトパン ☆ ウィンナーのケチャップに ツナマヨサラダ ☆ かぼちゃのポタージュ 	<p>2</p> <ul style="list-style-type: none"> ごはん ☆ ユーリンチー はるさめとやさいのいためもの みそワタンスープ 	<p>3 【節分献立】</p> <ul style="list-style-type: none"> ごはん いわしのうめに うのはないり どさんこじる ☆ かぼちゃプリン 																																					
		<p>赤 ウィンナー まぐろ水煮 鶏肉</p> <p>黄 パン マヨネーズ じゃがいも</p> <p>緑 キャベツ にんじん きゅうり とうもろこし かぼちゃ 玉ねぎ パセリ マッシュルーム</p> <p>栄養量 小学部 595kcal・22.7g 中学・高等部 815kcal・29.8g</p>	<p>赤 鶏肉 豚肉</p> <p>黄 米 油 春雨 ワタん</p> <p>緑 ねぎ キャベツ にんじん チンゲンサイ たけのこ きくらげ もやし 白菜 しいたけ にはら</p> <p>栄養量 小学部 547kcal・24.8g 中学・高等部 742kcal・30.9g</p>	<p>赤 いわし おから 鶏肉 豚肉</p> <p>黄 米 油 じゃがいも プリン</p> <p>緑 ごぼう ねぎ にんじん さやいんげん 玉ねぎ もやし とうもろこし 小松菜 かぼちゃ</p> <p>栄養量 小学部 604kcal・26.6g 中学・高等部 775kcal・31.3g</p>																																					
<p>6</p> <p>給食はありません</p> 	<p>7</p> <p>給食はありません</p> 	<p>8</p> <ul style="list-style-type: none"> ☆ マーボーやきそば ☆ わかめとツナのサラダ ☆ バインアップル 	<p>9</p> <ul style="list-style-type: none"> ごはん たらのなんぼんづけ れんこんいりひじきのにも ☆ とんじる 	<p>10</p> <ul style="list-style-type: none"> ☆ チキンカレーライス ブロッコリーサラダ はるか 																																					
		<p>赤 豆腐 豚肉 まぐろ水煮</p> <p>黄 中華麺 油</p> <p>緑 にんじん 玉ねぎ ねぎ にはら たけのこ しいたけ キャベツ きゅうり とうもろこし バインアップル</p> <p>栄養量 小学部 589kcal・26.2g 中学・高等部 740kcal・33.6g</p>	<p>赤 たら 鶏肉 大豆 豚肉 豆腐</p> <p>黄 米 油 里芋</p> <p>緑 ねぎ にんじん れんこん さやいんげん 大根 ごぼう 白菜</p> <p>栄養量 小学部 544kcal・25.8g 中学・高等部 734kcal・32.0g</p>	<p>赤 鶏肉 まぐろ水煮</p> <p>黄 米 油 じゃがいも</p> <p>緑 玉ねぎ にんじん りんご トマト キャベツ きゅうり ブロッコリー はるか</p> <p>栄養量 小学部 586kcal・21.4g 中学・高等部 781kcal・26.4g</p>																																					
<p>13</p> <ul style="list-style-type: none"> ごはん ぎせいどうふ ぶたにくとごぼうのみそいため ひきなじる 	<p>14</p> <ul style="list-style-type: none"> ☆ ごもくたきごみごはん ☆ ポテトコロッケ ☆ やさいのいそかあえ ☆ はくさいのみそしる ☆ チョコバナナ 	<p>15</p> <ul style="list-style-type: none"> ごはん ☆ ハンバーグデミグラスソース ☆ きりぼしだいこんのカレーに ☆ キャベツのみそしる ☆ ミニようなしゼリー 	<p>16</p> <ul style="list-style-type: none"> ごはん ☆ さばのごまだれがけ れんこんサラダ かきたまじる ☆ りんご 	<p>17</p> <ul style="list-style-type: none"> ごはん ☆ ぶたにくのすきやき ☆ さつまいものミルクに ☆ いよかん 																																					
<p>赤 卵 豆腐 豚肉 油揚げ</p> <p>黄 米 油</p> <p>緑 にんじん たけのこ しいたけ ごぼう さやいんげん 大根 えのきだけ ねぎ</p> <p>栄養量 小学部 538kcal・25.1g 中学・高等部 749kcal・32.5g</p>	<p>赤 鶏肉 のり 豆腐</p> <p>黄 米 油 じゃがいも</p> <p>緑 ごぼう にんじん たけのこ しいたけ ほうれんそう もやし キャベツ 白菜 えのきだけ バナナ</p> <p>栄養量 小学部 630kcal・20.1g 中学・高等部 817kcal・25.5g</p>	<p>赤 豚肉 さつま揚げ 豆腐</p> <p>黄 米 油 ごま ゼリー</p> <p>緑 玉ねぎ しめじ 切干大根 にんじん しいたけ さやいんげん キャベツ えのきだけ</p> <p>栄養量 小学部 585kcal・23.5g 中学・高等部 783kcal・29.0g</p>	<p>赤 さば まぐろ水煮 卵 豆腐</p> <p>黄 米 ごま マヨネーズ</p> <p>緑 れんこん にんじん キャベツ とうもろこし 玉ねぎ えのきだけ 小松菜 りんご</p> <p>栄養量 小学部 600kcal・25.0g 中学・高等部 838kcal・33.5g</p>	<p>赤 豚肉 焼き豆腐</p> <p>黄 米 油 麩 さつまいも バター</p> <p>緑 にんじん 白菜 ねぎ しめじ いよかん</p> <p>栄養量 小学部 582kcal・24.5g 中学・高等部 813kcal・32.3g</p>																																					
<p>20</p> <ul style="list-style-type: none"> ごはん ☆ きびなごのかりかりフライ ☆ カレーふうみにくじゃが ☆ わかめじる 	<p>21</p> <ul style="list-style-type: none"> ☆ ココアパン ☆ チキンマカロニグラタン ☆ ぶたしゃぶサラダ ☆ ポトフ 	<p>22</p> <ul style="list-style-type: none"> ☆ สปาゲティミートソース ☆ かぼちゃとチーズのサラダ ☆ こくさんオレンジ 	<p>23</p> <p>てんのうたんじょうび 天皇誕生日</p> 	<p>24</p> <ul style="list-style-type: none"> ごはん ☆ たまごのちぐさやき ☆ ごもくきんぴら ☆ あぶらふみそしる 																																					
<p>赤 きびなご 豚肉 豆腐 油揚げ</p> <p>黄 米 油 じゃがいも 麩</p> <p>緑 にんじん 玉ねぎ さやえんどう 大根 ねぎ</p> <p>栄養量 小学部 538kcal・22.7g 中学・高等部 754kcal・29.6g</p>	<p>赤 鶏肉 豚肉 ウィンナー</p> <p>黄 パン バター じゃがいも</p> <p>緑 玉ねぎ キャベツ きゅうり 赤ピーマン とうもろこし かぶ ブロッコリー</p> <p>栄養量 小学部 604kcal・27.3g 中学・高等部 859kcal・36.9g</p>	<p>赤 豚肉 牛肉 鶏肝臓 チーズ</p> <p>黄 สปาゲティ 油</p> <p>緑 玉ねぎ マッシュルーム にんじん ピーマン かぼちゃ きゅうり オレンジ</p> <p>栄養量 小学部 601kcal・28.4g 中学・高等部 751kcal・35.7g</p>		<p>赤 卵 鶏肉 豆腐</p> <p>黄 米 油 ごま じゃがいも</p> <p>緑 ねぎ にんじん しいたけ ごぼう れんこん さやいんげん 大根</p> <p>栄養量 小学部 528kcal・22.9g 中学・高等部 729kcal・29.1g</p>																																					
<p>27</p> <ul style="list-style-type: none"> ごはん ☆ かつおメンチカツ ☆ すきこんぶのもの ☆ さつまじる 	<p>28</p> <ul style="list-style-type: none"> ☆ ビビンバ ☆ はるさめスープ ☆ ポテトチーズやき 	<p>【2月の平均栄養量】 (上段:給与量 下段:目標値)</p> <table border="1"> <tr> <td></td> <td>小学部</td> <td>中学部</td> <td>高等部</td> </tr> <tr> <td>エネルギー</td> <td>575kcal</td> <td>776kcal</td> <td>776kcal</td> </tr> <tr> <td></td> <td>563kcal</td> <td>824kcal</td> <td>835kcal</td> </tr> <tr> <td>たんぱく質</td> <td>24.4g</td> <td>31.1g</td> <td>31.1g</td> </tr> <tr> <td></td> <td>23.2g</td> <td>34.0g</td> <td>34.0g</td> </tr> <tr> <td>脂 質</td> <td>20.0g</td> <td>24.4g</td> <td>24.4g</td> </tr> <tr> <td></td> <td>15.6g</td> <td>22.9g</td> <td>23.1g</td> </tr> <tr> <td>塩 分</td> <td>2.3g</td> <td>3.0g</td> <td>3.0g</td> </tr> <tr> <td></td> <td>2.0g</td> <td>2.5g</td> <td>2.5g</td> </tr> </table>				小学部	中学部	高等部	エネルギー	575kcal	776kcal	776kcal		563kcal	824kcal	835kcal	たんぱく質	24.4g	31.1g	31.1g		23.2g	34.0g	34.0g	脂 質	20.0g	24.4g	24.4g		15.6g	22.9g	23.1g	塩 分	2.3g	3.0g	3.0g		2.0g	2.5g	2.5g	<p>QRコード</p> <p>ブログはこちらから見ることができます。</p>
	小学部	中学部	高等部																																						
エネルギー	575kcal	776kcal	776kcal																																						
	563kcal	824kcal	835kcal																																						
たんぱく質	24.4g	31.1g	31.1g																																						
	23.2g	34.0g	34.0g																																						
脂 質	20.0g	24.4g	24.4g																																						
	15.6g	22.9g	23.1g																																						
塩 分	2.3g	3.0g	3.0g																																						
	2.0g	2.5g	2.5g																																						
<p>赤 かつお すき昆布 豚肉 鶏肉 生揚げ</p> <p>黄 米 油 さつまいも</p> <p>緑 にんじん たけのこ 大豆もやし 大根 ごぼう ねぎ</p> <p>栄養量 小学部 545kcal・22.1g 中学・高等部 735kcal・27.6g</p>	<p>赤 豚肉 卵 ハム チーズ</p> <p>黄 米 油 ごま じゃがいも</p> <p>緑 ほうれんそう 大豆もやし にんじん たけのこ えのきだけ 白菜 ねぎ</p> <p>栄養量 小学部 563kcal・25.4g 中学・高等部 784kcal・33.2g</p>	<p>QRコード</p> <p>献立表はこちらから見ることができます。</p>																																							

○学校行事及び食材料購入の都合により、献立を変更することがあります。牛乳は毎日つきます。
 ○裏面は給食だよりです。是非御覧下さい。
 ○学校ホームページに献立表を掲載しておりますので、外出先からも確認することができます。また、1月の給食を写真で紹介しておりますので、是非御覧ください。