



給食だより 2月



今月の給食目標 「残さず 食べよう」

ぬわしょうきゅうしょくよ 怒和小的給食の 良いところの一つが「給食を 残さない」ことです。
みなさんが残さず食べてくれると、中野さんもとてもうれしい気持ちになるとおもいます。

また、成長期のみなさんにはたくさんの栄養素が必要です。健康で元気な
身体を作るためにも、これからも給食を 残さず、しっかりと食べるようにしましょう。



給食がない日	13日(水) 遠足のため	28日(木) 講演会のため
--------	--------------	---------------

日	曜日	給食献立
1	金	ご飯 ・ かき玉汁 ・ 小煮干しと野菜のかき揚げ ・ 甘酢和え
2	土	せつぶん こんだて 節分 献立 手巻き寿司 ・ すまし汁 ・ おひたし ・ せつぶん 豆
3	日	ご飯 ・ コンソメスープ ・ 煮込みハンバーグ ・ オーロラサラダ ・ ミニゼリー
4	月	振り替休日
5	火	振り替休日
6	水	ご飯 ・ 実だくさん汁 ・ さかなの野菜あんかけ ・ ごぼうサラダ
7	木	ご飯 ・ 中華スープ ・ 春巻き ・ 小松菜のごま和え ・ ひめっこふいっしゅ
8	金	ナン ・ ドライカレー ・ チキンナゲット ・ 温野菜サラダ ・ バナナ
11	月	建国記念の日
12	火	ご飯 ・ みそ汁 ・ 豚のしょうが焼き ・ スパゲティサラダ
13	水	遠足
14	木	ご飯 ・ 野菜たっぷりスープ ・ 鶏肉とナッツのソテー ・ 和風サラダ ・ チョコレート
15	金	きと 重いもご飯 ・ えのき汁 ・ ひじきの五目煮 ・ ごま和え
18	月	ご飯 ・ 鶏団子汁 ・ プリの照り焼き ・ すもの ・ りんご
19	火	ゆうま だんじょうび きゅうしょく 優麻さんのお誕生日 給食 たこ飯 ・ 豚汁 ・ 小松菜の野菜炒め ・ ツナサラダ ・ ミックスゼリー
20	水	ご飯 ・ すまし汁 ・ トンカツ ・ 紅葉和え
21	木	ご飯 ・ 春雨スープ ・ ピーマンの肉詰め ・ アーモンド和え
22	金	ご飯 ・ けんちん汁 ・ アジのカレーフライ ・ ひじきの白和え
25	月	どいせんせい だんじょうび きゅうしょく 土井先生のお誕生日 給食 おにぎり ・ 肉うどん ・ いかのさらさ揚げ ・ 大根サラダ ・ プリン
26	火	ひじきご飯 ・ 白菜スープ ・ ちくわの磯辺揚げ ・ ちぐさ and え
27	水	ご飯 ・ ポタージュ ・ 鶏の照り焼き ・ しょうゆドレッシングサラダ ・ キウイ
28	木	講演会

日	曜日	給食の食材
1	金	米 豆腐 卵 にんじん ネギ 玉ねぎ いんげん ごぼう キャベツ 大根 きゅうり 砂糖 煮干し
2	土	米 卵 きゅうり かにかま シーチキン マヨネーズ わかめ 豆腐 玉ねぎ ほうれん草 白菜 かつおぶし 大豆
3	日	米 玉ねぎ にんじん キャベツ ベーコン パセリ ミンチ しいたけ えのき 砂糖 レタス ブロッコリー 卵 ゼリー マヨネーズ
6	水	米 鶏肉 人参 ねぎ 大根 あげ こんにゃく さわら きくらげ 玉ねぎ うずら卵 砂糖 ごぼう シーチキン マヨネーズ ごま
7	木	米 ベーコン うずら卵 春雨 しいたけ にんじん ねぎ しょうが 豚肉 小松菜 かつおぶし ごま いわし アーモンド
8	金	ナン ミンチ にんじん 玉ねぎ ピーマン 鶏肉 カリフラワー ブロッコリー 卵 かぼちゃ アスパラ バナナ
12	火	米 豆腐 じゃがいも わかめ ネギ あげ みそ 豚肉 しょうが 砂糖 玉ねぎ シーチキン スパゲティ マヨネーズ きゅうり 卵
14	木	米 ベーコン いんげん かぼちゃ 玉ねぎ にんじん キャベツ パセリ 鶏肉 しょうが じゃがいも カシューナッツ ピーマン 砂糖 ハム 大根 きゅうり マヨネーズ チョコレート
15	金	米 さといも しいたけ にんじん いんげん えのき ねぎ 玉ねぎ わかめ ひじき こんにゃく ちくわ じゃがいも あげ 鶏肉 白菜 ほうれん草 かまぼこ ごま 砂糖
18	月	米 鶏肉 しょうが 卵 にんじん しいたけ 白菜 ネギ さわら きゅうり わかめ 砂糖 りんご
19	火	米 タコ 豚肉 さといも こんにゃく あげ にんじん ごぼう みそ 小松菜 ピーマン 玉ねぎ ニンニク 砂糖 シーチキン キャベツ きゅうり マヨネーズ ゼリー
20	水	米 わかめ とうふ ほうれん草 豚肉 卵 大根 人参 きゅうり ごま 砂糖 かつおぶし
21	木	米 白菜 しいたけ ベーコン えのき 春雨 卵 ピーマン 豚ミンチ ほうれん草 キャベツ もやし アーモンド
22	金	米 鶏肉 にんじん ネギ 大根 あげ こんにゃく さといも アジ ひじき 豆腐 こんにゃく 砂糖
25	月	米 わかめ うどん 牛肉 ごぼう あげ しいたけ 砂糖 かまぼこ ねぎ いか しょうが 大根 ハム きゅうり ごま マヨネーズ プリン
26	火	米 鶏肉 あげ ごぼう にんじん ひじき 白菜 玉ねぎ 豚肉 ちくわ 青のり ほうれん草 キャベツ 卵 かまぼこ 砂糖
27	水	米 ジャガイモ にんじん グリンピース ベーコン 玉ねぎ コーン 鶏肉 レタス キャベツ きゅうり シーチキン 砂糖 キウイ