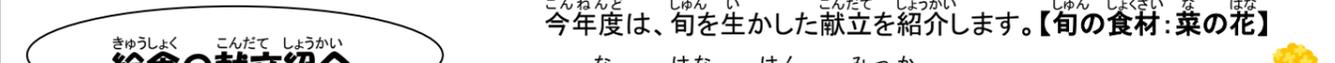
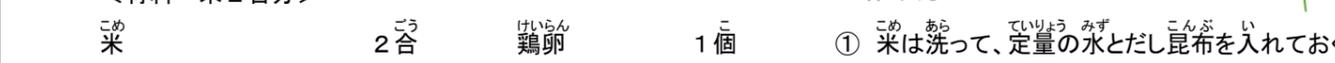
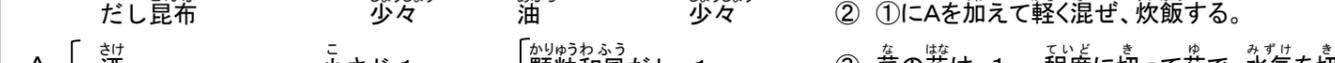
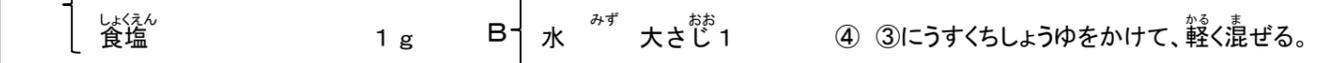


日(曜)	こんだてめい	あかい	きいろ	みどりいろ	栄養価 kcal	日(曜)	こんだてめい	あかい	きいろ	みどりいろ	栄養価 kcal
2(月)	むぎごはん れんこん チップス しそあえ スタミナなっとう よせなベスープ	ぎゅうにゅう なっとう・(こんぶ) (けずりぶし) あかいた・とりく とりひきにく	むぎ・こめ しらたまだんご さとう・すりごま ごまあぶら・こめあぶら	キャベツ・あかしそ にんじん・しろねぎ・ねぎ はくさい・もやし・れんこん しめじ・しょうが・にんにく	583	17(火)	せきはん アーモンドあえ チキンピカタ さつまじる	ぎゅうにゅう あずき こむぎこ・こめ もちごめ・さつまいも さとう・ごま アーモンド	こむぎこ・こめ もちごめ・さつまいも さとう・ごま アーモンド	こんにやく・ごぼう こまつな・にんじん・はくさい	563
3(火)	なのはなごはん ブロッコリーのからしあえ だいずとひじきのかきあげ すましじる	ぎゅうにゅう だいず・(こんぶ) わかめ・ひじき しらすぼし (けずりぶし)・たまご	こむぎこ・こめ さつまいも・さとう こめあぶら	キャベツ・なのはな にんじん・ねぎ ブロッコリー・しめじ	575	18(水)	きわかめのいために ツナサラダ キャロットポタージュ きなこトースト	ぎゅうにゅう しろいんげんまめペースト きなこ・レンズまめ きわかめ まぐるあぶらづけ とりひきにく だっしふんにゅう	パン・さとう こめあぶら・マーガリン	いとこんにやく・キャベツ きゅうり・ごぼう・たまねぎ にんじん・にんじんペースト パセリ・レモン	704
4(水)	ちくわのいそべあげ コールスローサラダ コッペパン ごもくうどん	ぎゅうにゅう あぶらあげ あおのりこ (こんぶ) (にぼし)・ちくわ とりひきにく	こむぎこ・パン うどん・さとう オリーブオイル こめあぶら・マヨネーズ	キャベツ・きゅうり・ごぼう たまねぎ・とうもろこし にんじん・レタス ほししいたけ	644	19(木)	むぎごはん かみかみあえ せんざんき ポークカレー かけてたべよう	ぎゅうにゅう さきいか・ぶたにく とりひきにく	むぎ・こめ じゃがいも・でんぶん さとう・すりごま こめあぶら・カレーパウダー	キャベツ・きゅうり たまねぎ・にんじん しょうが	639
5(木)	ごはん はるさめサラダ たらこのたまごやき きりぼしだいこんとひじきののもの	ぎゅうにゅう あぶらあげ とうにゅう・ひじき たらこ・かにかまぼこ とりひきにく・たまご	こめ・じゃがいも はるさめ・さとう すりごま・ごまあぶら こめあぶら	こんにやく・さやいんげん キャベツ・ごぼう きりぼしだいこん・にんじん	561	23(月)	ごはん コーンサラダ ハンバーグ りんごのプラマンジェ ファイバースープ	ぎゅうにゅう おから かんてん ぶたひきにく ぶたレバー とりひきにく・たまご	おむぎ・こめ じゃがいも・さとう オリーブオイル こめあぶら・マーガリン	きゅうり・かいわれだいこん たまねぎ・とうもろこし にんじん・レタス・りんご しめじ	698
6(金)	いまぼりさん まだいのパイ たまごのなにかおこり コッペパン ピーズフレンチ ジュリエンスープ	ぎゅうにゅう きんとときまめ・おから ひよこまめ・たい えそすりみ・とりひきにく らんおう・らんぼく	パン・さとう はちみつ オリーブオイル こめあぶら・パイキ マヨネーズ	えだまめ・きゅうり・ごぼう たけのこ・たまねぎ とうもろこし・にんじん パセリ・ピーズ・みかんパウダー べにまどんな・ほししいたけ	690	 こんねんど しゅん い こんだて しょうかい 今年度は、旬を生かした献立を紹介いたします。【旬の食材：菜の花】 しゅん しよぐさい な はな ☆☆☆フレンチ森重シェフ考案 主菜メニュー☆☆☆					
9(月)	むぎごはん はるキャベツのごまこんぶ ぶたにくのしょうがやき はっぼうさい	ぎゅうにゅう しおこんぶ・ぶたにく とりひきにく	むぎ・こめ・こめこ はちみつ・すりごま こめあぶら	キャベツ・たけのこ たまねぎ・にんじん しろねぎ・はくさい・もやし きくらげ・しめじ・しょうが にんにく	514	 きゅうしよく こんだて しょうかい 給食の献立紹介 <材料 米2合分> こめ 2合 鶏卵 1個 だし昆布 少々 油 少々 A { さけ酒 小さじ1 顆粒和風だし 1g しよぐさい 食塩 1g な はな 菜の花 60g うすくちしょうゆ 小さじ1 B { かりゆうわふう 水 大さじ1 しよぐさい 食塩 少々 <作り方> ① 米は洗って、定量の水とだし昆布を入れておく。 ② ①にAを加えて軽く混ぜ、炊飯する。 ③ 菜の花は、1cm程度に切って茹で、水気を切る。 ④ ③にうすくちしょうゆをかけて、軽く混ぜる。 ⑤ 鶏卵にBを入れてよく混ぜ合わせる。 ⑥ 鍋に油を入れて、⑤をかき混ぜながら炒める。 ⑦ 炊きあがったご飯に、④と⑥を混ぜて盛り付ける。					
10(火)	ひじょうしよくカレー せとか おからドーナツ かんぶつとんじる	ぎゅうにゅう おから ひじき・ぶたにく たまご・みそ	こめこ・くろざとう こめあぶら ひじょうしよくようカレー	きりぼしだいこん・ねぎ せとか・ほししいたけ しょうが	606	 非常食体験給食					
11(水)	じゃこと はるキャベツのフリッター かんてん かいそうサラダ ラーメン	ぎゅうにゅう とうにゅう・かんてん わかめ・しらすぼし ぶたにく・たまご	パン・ちゅうかめん じゃがいも オリーブオイル ごまあぶら こめあぶら ドレッシング	キャベツ・きゅうり たけのこ・ねぎ・もやし しょうが・にんにく	593	 卒業式					
12(木)	ごはん れんこんのばいにくあえ メルルーサのちゃんちゃんやき いとこんにやくのたまごじ	ぎゅうにゅう メルルーサ・ちくわ とりひきにく・たまご みそ	こめ・さとう こめあぶら・マーガリン	いとこんにやく・えだまめ キャベツ・きゅうり・ごぼう たまねぎ・とうもろこし にんじん・ピーマン れんこん・ばいにく	548	 修了式					
13(金)	レバーのケチャップに ひじきとチーズのサラダ ポトフ	ぎゅうにゅう ぶたレバー・とりひき チーズ	こめこパン・マカロニ でんぶん・さとう こめあぶら	えだまめ・キャベツ たまねぎ・にんじん ブロッコリー・しょうが	578	 給食から、どんなことを学びましたか？					
16(月)	ごはん ビーフンサラダ さばのたつたあげ ピリからにくじゃが	ぎゅうにゅう かにかまぼこ・ぶたにく	こめ・ビーフン じゃがいも・でんぶん さとう・ごまあぶら こめあぶら	いとこんにやく さやいんげん・きゅうり たまねぎ・にんじん ほししいたけ・しょうが	634	 卒業や進級など節目を迎える時期となりました。学校給食は、「心と体の栄養になるように」「おいしく安心して食べられるように」など、たくさんの思いを込めて作っています。みなさんは、給食を食べながら、どんなことを感じ、学んだでしょうか？ 今年度の給食も、あと少しで終わりです。これからの感謝の気持ちを忘れずに、「食べる」ことを大切にしてください。この1年間を振り返るとともに、残りの日々も給食をしっかり食べて、元気に学校生活を過ごしましょう！ 引用「いらすとや」 学校給食2024年2月号					