

# 2月のよていにんだて

★...除去食適応献立

月 3日	火 4日	水 5日	木 6日	金 7日
ごはん だいずフレークのすましじる いわしのカリカリフライ いそあえ	★おやこうどん ふわもちきなこだんご いよかん	チキンウインナーライス だいずととうふの ふわふわだんご フルーツミックス	だいずのキーマカレー ごぼうチップサラダ	かぼちゃパン ポーークリームシチュー チキンマリネサラダ みかん
白飯/大豆の華フレーク、豆腐、ほうれんそう、長ねぎ、干しいたけ、かたくり粉/いわしのカリカリフライ/こまつな、もやし、切りのり	ソフトめん、全卵、鶏肉、つと、干しいたけ、長ねぎ、ほうれんそう、たまごたけ、かたくり粉/白玉もち、きな粉、白玉粉、豆腐、黒蜜/いよかん	米、おおむぎ、バター、トマト缶詰、カットチキンウインナー、玉ねぎ、にんじん、マッシュルーム、グリーンピース、ケチャップ/焼き豆腐、鶏肉、玉ねぎ、小ねぎ、かたくり粉、パン粉/みかん缶詰、パイン缶詰、りんご缶詰、黄桃缶詰、なし缶詰、なつみかん缶詰	白飯、豚肉、大豆ミート、玉ねぎ、にんじん、セロリー、しょうが、にんにく、大豆水煮、パセリ、レーズン、小麦粉、カレー粉、ウスターソース、中濃ソース、トマト缶詰、ケチャップ、赤みそ/ハム、キャベツ、きゅうり、ホールコーン、ごぼう、白ごま	かぼちゃパン/豚肉、じゃがいも、玉ねぎ、にんじん、パセリ、小麦粉、バター、牛乳、豆乳、チーズ、スキムミルク、鶏がらスープ/鶏肉、しょうが、かたくり粉、キャベツ、にんじん、きゅうり、白ごま/みかん
10日	11日	12日	13日	14日
かきあげどん (えび入り) みそしる からしあえ	建国記念日	たきこみいなり ひじきはるまき おひたし	ごはん きのこじる ★とりてん ごまあえ	ロールパン クリームシチュー カレーふうみ あさりのスパゲティサラダ デコボン
白飯、むきえび、いか、あさり、さくらえび素干し、玉ねぎ、にんじん、ごぼう、こまつな、ひじき、切り干し大根、小麦粉、全卵、かたくり粉/豆腐、なめこ、長ねぎ、白みそ、赤みそ/焼き竹輪、ほうれんそう、キャベツ、からし		米、おおむぎ、油揚げ、にんじん、干しいたけ、ひじき、白ごま、あまのり(焼きのり)/ひじき春巻/洋種なばな、もやし、糸かつお	白飯/ぶなしめじ、えのきたけ、なめこ、にんじん、だいこん、ごぼう、長ねぎ、油揚げ、赤みそ、白みそ/鶏肉、しょうが、にんにく、全卵、小麦粉、かたくり粉/こまつな、もやし、白すりごま	ロールパン/豚肉、カレー粉、セロリー、じゃがいも、玉ねぎ、にんじん、パセリ、小麦粉、バター、カレーパウダー、牛乳、豆乳、スキムミルク、チーズ、鶏がらスープ/あさり、しょうが、スパゲティ、きゅうり、にんじん、きび砂糖、白みそ、白ごま/デコボン
17日	18日	19日	20日	21日
ごはん あつあげのカレーソース あげぎょうざ はっさく	パスタクリームソース フレンチポテト	こまつなピラフ ★ほっけのごまフライ フルーツカクテル	★みそかつどん みそしる パインかん	かくしよく ワンタンスープ コーンフライ チョコクリーム
白飯/厚揚げ、豚肉、にんじん、玉ねぎ、さやいんげん、しょうが、にんにく、カレーパウダー、小麦粉、カレー粉、ケチャップ、中濃ソース、鶏がらスープ/ぎょうざ/はっさく	ソフトパスタ、ベーコン、こまつな、玉ねぎ、たまごたけ、小麦粉、バター、チーズ、牛乳、スキムミルク、豆乳、白みそ、豚骨スープ/じゃがいも	米、おおむぎ、バター、ベーコン、にんじん、玉ねぎ、にんにく、ホールコーン、こまつな/ほっけ、小麦粉、全卵、パン粉、白ごま/みかん缶詰、パイン缶詰、黄桃缶詰、なし缶詰、なつみかん缶詰、りんご	白飯、豚肉、小麦粉、全卵、パン粉、赤みそ、白ごま/豆腐、塩わかめ、長ねぎ、白みそ、赤みそ/パイン缶詰	角食/ワンタン皮、豚肉、ほうれんそう、もやし、メンマ、長ねぎ、しょうが、にんにく、玉ねぎ、にんじん/コーンフライ/豆乳、チョコレート、ピュアココア
24日	25日	26日	27日	28日
天皇誕生日 振替休日	みそラーメン きなこポテト いよかん	ふかがわめし みそしる とりにくのてりやき	ごはん マーボー豆腐 ししゃものからあげ ナムル	あげパン イタリアンスープ こまつなと コーンのサラダ
	ソフトラーメン、豚肉、にんにく、白すりごま、白ごまむき、赤みそ、白みそ、トウバンジャン、しょうが、もやし、玉ねぎ、メンマ、にんじん、ほうれんそう、長ねぎ、くわわかめ/じゃがいも、きな粉/いよかん	米、おおむぎ、あさり、しょうが、にんじん、ごぼう、赤みそ、菜だいこん/厚揚げ、こまつな、白みそ、赤みそ/鶏肉、しょうが、小麦粉、かたくり粉、白ごま	白飯/豆腐、豚肉、しょうが、にんにく、にんじん、長ねぎ、干しいたけ、赤みそ、オイスターソース、トウバンジャン、かたくり粉/カラフトししゃも(子持ち)、小麦粉、かたくり粉/ハム、こまつな、もやし、にんじん、トウバンジャン、白ごま	ソフトフランスパン、きな粉/ベーコン、じゃがいも、玉ねぎ、にんじん、ホールコーン、パセリ、マカロニ/ハム、こまつな、ホールコーン、白ごま

## 大豆メニューが登場

2学期から総合の時間で「大豆」について学習してきた3年生が、「みんなに大豆の魅力をもっと知って健康になってもらいたい」という思いで、大豆をつかった給食メニューを考えました。4日『ふわもちきなこだんご』、5日『だいずととうふのふわふわだんご』、6日『だいずキーマカレー』の3品です。みんなで大豆について学び、これからさらにおいしく大豆を食べられるようになると良いですね。

- ・牛乳は、毎日200mL(1本)つきます。
- ・表示されているエネルギー(kcal)は3・4年生のエネルギーを表示しています。
- ・給食で使用している主な食材を明記してあります。予算や時季、その他の関係で、果物や使用食材が変更になることもありますのでご理解いただけますよう、よろしくお願ひいたします。
- ・海由来の食材には小エビや小カニなどが混入していることがあります。
- ・使用食材は献立の下に記入しておりますが、調味料や香辛料、だしは記載しておりません。アレルギー等で心配な場合は、献立表(詳細)をお渡ししますので、そちらをご確認ください。
- ・給食では、揚げ油を数回使いまわすことがあります。ご承知おきください。