

べんとうちゅうもんしょ  
お弁当注文書

ねん  
年

ぐみ  
組

こーす  
コース

なまえ  
お名前：

こんげつ ちゅうもん  
□ 今は、注文しません

べんとうふようび きにゅう  
★お弁当 不要日 に×をご記入ください。

げつ よう び 月 曜 日	か よう び 火 曜 日	すい よう び 水 曜 日	もく よう び 木 曜 日	きん よう び 金 曜 日
がつ にち 2月 2日	がつ にち 2月 3日	がつ にち 2月 4日	がつ にち 2月 5日	がつ にち 2月 6日
がつ にち 2月 9日	がつ にち 2月 10日	がつ にち 2月 11日	がつ にち 2月 12日	がつ にち 2月 13日
がつ にち 2月 16日	がつ にち 2月 17日	がつ にち 2月 18日	がつ にち 2月 19日	がつ にち 2月 20日
がつ にち 2月 23日	がつ にち 2月 24日	がつ にち 2月 25日	がつ にち 2月 26日	がつ にち 2月 27日

べんとう きゃんせる かまえ じゅぎょう しゅうりょう じ  
※ お弁当キャンセルは、4日前の授業終了時までです。

こんげつ すいようび ていしゅつ  
※ 今は、12/17 (水曜日) までにご提出ねがいます。

こん 献 立 表 (令和 8年 2月)

げつようび 月曜日	かようび 火曜日	すいようび 水曜日	もくようび 木曜日	きんようび 金曜日
がつ にち 2月 2日	がつ にち 2月 3日	がつ にち 2月 4日	がつ にち 2月 5日	がつ にち 2月 6日
ぎんかれい みりん や 銀カレイ味醂焼き しゅう まい にもの 焼売・煮物	色ご飯！ オム風 ライス ふらい む ぎょうざ あじフライ・蒸し餃子	なんぶ あ さばの南部 揚げ なむる い こまつな ひた ナムル入り小松菜浸し	はんぱーぐ ハンバーグ たまごや ういんなー 卵 烤き ウィンナー	しょうがに さんまの生姜煮 とり からあ さらだ 鶏 唐揚げ サラダ
たまご こむぎ 卵・小麦・えび・かに・いか ・ごま・大豆 とりにく ぶたにく ・鶏肉・豚肉	こむぎ にゅう せい ぶん 小麦・乳 成分・卵 だいす 大豆・とりにく ぶたにく ・鶏肉・豚肉 せらちん さけ・ゼラチン	こむぎ たまご 小麦・卵・ごま・さば だいす ぶたにく 大豆・豚肉	たまご にゅう せい ぶん 卵・乳 成分・小麦 ・牛肉・ごま・さば・大豆 とりにく ぶたにく ・鶏肉・豚肉・りんご	たまご こむぎ 卵・乳 成分・小麦 ・ごま・さば だいす とりにく ・大豆・鶏肉
ねつりょう 熱量 487kcal	たんぱく質 17.2g	ねつりょう 熱量 678kcal	たんぱく質 22.3g	ねつりょう 熱量 826kcal
しつ 脂質 6.7g	たんすいかぶつ 炭水化物 86.8g	しつ 脂質 16.8g	たんすいかぶつ 炭水化物 105.7g	しつ 脂質 36.2g
えんぶん 塩分 2.9g		えんぶん 塩分 2.3g		えんぶん 塩分 3.2g
がつ にち 2月 9日	がつ にち 2月 10日	がつ にち 2月 11日	がつ にち 2月 12日	がつ にち 2月 13日
や ふう ぎゅう にく しろたき すき焼き風(牛 肉・白滝) ころっけ コロッケ	さけ しお や 鮭 塩 烧き とう ふ はんぱーぐ 豆 腐ハンバーグ	建国記念の日		かれい に カレイ煮付け とりてりや ごぼう 鶏照焼き・きんぴら牛蒡
たまご こむぎ 卵・小麦・えび・かに ・牛肉・ごま だいす とりにく 大豆・鶏肉・りんご	こむぎ たまご だいす 小麦・卵・大豆 ・とりにく ぶたにく ・鶏肉・豚肉 ・さけ・ごま	建国記念の日		たまご こむぎ 卵・小麦・さば・ごま だいす とりにく ・大豆・鶏肉
ねつりょう 熱量 578kcal	たんぱく質 15.5g	ねつりょう 熱量 541kcal	たんぱく質 17.0g	ねつりょう 熱量 656kcal
しつ 脂質 14.0g	たんすいかぶつ 炭水化物 93.6g	しつ 脂質 10.9g	たんすいかぶつ 炭水化物 89.3g	しつ 脂質 18.0g
えんぶん 塩分 4.0g		えんぶん 塩分 3.3g		えんぶん 塩分 3.8g
がつ にち 2月 16日	がつ にち 2月 17日	がつ にち 2月 18日	がつ にち 2月 19日	がつ にち 2月 20日
さけ しお や 鮭の塩焼き ほうれん草焼売	ぱーくちゃっぷ ポークチャップ たらふらい 鱈フライ	あかうお に 赤魚 煮付け ぎゅうにく に 牛肉すき煮	ぶたにく しょ がや 豚肉生姜焼き かにくりーむ ころっけ 蟹クリームコロッケ	さけ はん 鮭そぼろご飯 みくす ふらい ミックスフライ
たまご にゅう せい ぶん 卵・乳 成分・小麦 だいす とりにく ・ごま・さけ・大豆・鶏肉 ぶたにく ・豚肉・もも・りんご	たまご にゅう せい ぶん 卵・乳 成分・小麦 ・えび・かに・ごま・牛肉・さけ だいす とりにく ぶたにく ・大豆・鶏肉・豚肉・ゼラチン	たまご にゅう せい ぶん 卵・乳 成分・小麦 ・ごま・さけ・大豆 だいす とりにく ぶたにく ・鶏肉・豚肉	たまご にゅう せい ぶん 卵・乳 成分・小麦・えび ・かに・牛肉・ごま・さけ・大豆 だいす とりにく ぶたにく ・鶏肉・豚肉・ゼラチン	こむぎ たまご 小麦・卵・えび・さけ だいす とりにく ・大豆・鶏肉・さば・ごま
ねつりょう 熱量 621kcal	たんぱく質 20.6g	ねつりょう 熱量 683kcal	たんぱく質 24.0g	ねつりょう 熱量 623kcal
しつ 脂質 15.4g	たんすいかぶつ 炭水化物 95.5g	しつ 脂質 21.3g	たんすいかぶつ 炭水化物 93.2g	しつ 脂質 18.7g
えんぶん 塩分 3.2g		えんぶん 塩分 3.8g		えんぶん 塩分 3.6g
がつ にち 2月 23日	がつ にち 2月 24日	がつ にち 2月 25日	がつ にち 2月 26日	がつ にち 2月 27日
振替 休日		さけふらい 鮭フライ かに くりーむ ころっけ 蟹 クリームコロッケ	ぶた ろーす てりや 豚 ロース照焼き はるま おむれつ 春巻き オムレツ	ほっけ につ ホッケの煮付け しゅうまい にもの えび焼売 煮物
たまご にゅう せい ぶん 卵・乳 成分・小麦 ・かに・ごま・さけ・大豆 だいす とりにく ・鶏肉・豚肉		たまご こむぎ 卵・小麦・ごま ・さけ・大豆・鶏肉・豚肉	とりにく こむぎ 鶏肉・小麦・大豆・卵 ・えび・かに・豚肉・ゼラチン ・ごま・さけ・さば	とり すばいす や 鶏ももスパイス焼き ぱたーこーん バターコーン
ねつりょう 熱量 738kcal	たんぱく質 22.6g	ねつりょう 熱量 648kcal	たんぱく質 20.8g	ねつりょう 熱量 795kcal
しつ 脂質 21.7g	たんすいかぶつ 炭水化物 108.7g	しつ 脂質 22.3g	たんすいかぶつ 炭水化物 22.3g	しつ 脂質 29.8g
えんぶん 塩分 2.6g		えんぶん 塩分 3.1g		えんぶん 塩分 3.8g
しゅん しょくざい 旬の食材だより				
こまつな ひた 小松菜のお浸し				
ふゆ こまつな ゆき さむ た 冬の小松菜は雪の寒さに耐えよ えいようぶん あ うと栄養分をたくわえるため、青 おくさ あま とくちょう 臭さがすくない甘いのが特徴で す。				

※材料の都合等により、一部献立の内容が変更になる場合がございますが、ご了承ください。