



※【お知らせ】食物アレルギー または 個別対応 が必要な食材は、色をつけて 表示しています。

| ひ | よう | こんだて | おもなさいりょう | | | | アレルギー 除去食 | |
|-------------------------|----|---|--|---------------------------------------|---|--|--|--------------------|
| | | | おもに体をつくるものになるもの | | おもにエネルギーのものになるもの | | | |
| | | | あか | き | みどり | | | |
| 2/1 | 水 | ぎゅうにゅう コッペパン チリコンカン ひじきのマリネ みかん | だいず ぶたにく ツナ | ぎゅうにゅう ひじき | パン じゃがいも さとう | あぶら にんじん | たまねぎ マッシュルーム グリーンピース にんにく きゅうり キャベツ コーン みかん | 乳 ひじき |
| 2/2 | 木 | ぎゅうにゅう おぎごぼん いわしのかぼやき みそしる ごまあえ | いわし とうふ みそ | ぎゅうにゅう いりこ(だし) | こめ おぎ てんぷん さとう さつまいも | あぶら ごま にんじん ほうれんそう | しょうが だいこん ごぼう ねぎ もやし | 乳 |
| 2/3 | 金 | ぎゅうにゅう しよパン いちごジャム キャベツの Pasta にらサラダ | とりにく ベーコン ツナ | ぎゅうにゅう | パン さとう スパゲティ いちごジャム | オリーブオイル あぶら にんじん にら | たまねぎ キャベツ マッシュルーム しめじ にんにく きゅうり もやし コーン | 乳 |
| 2/6 | 月 | ぎゅうにゅう おぎごぼん かぼちゃフライ あおさのみそしる きりぼしのもの | あぶらあげ とうふ みそ ちくわ ぶたにく | ぎゅうにゅう いりこ(だし) あおさ | こめ おぎ じゃがいも パンこ こむぎこ てんぷん | あぶら いんげん にんじん かぼちゃ | だいこん ねぎ きりぼしだいこん しいたけ たまねぎ | 乳 あおさ |
| ★甲佐中3の2リクエストメニュー | | | | | | | | |
| 2/7 | 火 | ぎゅうにゅう ★セルフピピンパどん はくさいのちゅうかスープ | ぎゅうにく みそ とうふ かまぼこ | ぎゅうにゅう | こめ おぎ さとう てんぷん | あぶら ごまあぶら ごま にんじん にら | しいたけ しょうが にんにく もやし はくさい たけのこ えのき しょうが | 乳 |
| 2/8 | 水 | ぎゅうにゅう かぼちゃパン さかなのカシューナッツいため しるビーフン みかん | ホキ ぶたにく いか てんぷら | ぎゅうにゅう | かぼちゃパン じゃがいも さとう ビーフン | あぶら ごまあぶら カシューナッツ チンゲンサイ | たまねぎ キャベツ しいたけ きくらげ しょうが みかん | 乳 カシューナッツ いか |
| 2/9 | 木 | ぎゅうにゅう おぎごぼん スタミナーボー わかめのナムル いりこのかおりあえ | とうふ だいず ぶたにく みそ | ぎゅうにゅう わかめ いりこ あおのり | こめ おぎ さとう てんぷん | あぶら ごま にんじん にら | しいたけ たまねぎ しょうが にんにく ねぎ たけのこ きゅうり コーン えだまめ | 乳 あおのり |
| ★甲佐中3の3リクエストメニュー | | | | | | | | |
| 2/10 | 金 | ぎゅうにゅう ★フレントースト ポトフ とうふサラダ | ウインナー とうふ ハム たまご | ぎゅうにゅう わかめ | パン じゃがいも さとう | あぶら ごまあぶら にんじん パセリ | たまねぎ はくさい だいこん しめじ キャベツ きゅうり にんにく | 乳 乳・たまご たまご |
| 2/13 | 月 | ぎゅうにゅう おぎごぼん ホイコーロー にらたまじる ヨーグルト | ぶたにく あつあげ みそ たまご | ぎゅうにゅう ヨーグルト | こめ おぎ てんぷん じゃがいも | あぶら ごまあぶら にんじん にら | キャベツ なす ピーマン しょうが にんにく きくらげ | 乳 たまご 乳 |
| 2/14 | 火 | ぎゅうにゅう ひじきごぼん きびなごフライ みそしる カリカリきゅうり | だいず あぶらあげ すりみだんご みそ | ぎゅうにゅう ひじき きびなご ちりめん いりこ(だし) | こめ おぎ さとう てんぷん こめこ | あぶら ごまあぶら ごま にんじん | えだまめ しょうが きゅうり だいこん はくさい ねぎ えのき | 乳・ひじき |
| ★松橋西支援学校上益城分教室リクエストメニュー | | | | | | | | |
| 2/15 | 水 | ぎゅうにゅう こめこパン ★とりにくのりやき ミネストローネ ポテトサラダ | とりにく ベーコン だいず いんげんまめ | ぎゅうにゅう | こめこパン マカロニ じゃがいも うめジャム | あぶら マヨネーズ にんじん | キャベツ たまねぎ だいこん しめじ にんにく きゅうり コーン | 乳 たまご |
| 2/16 | 木 | ぎゅうにゅう おぎごぼん やさしいカレーに いそかあえ なっとう | ぶたにく あつあげ かまぼこ なっとう | ぎゅうにゅう のり | こめ おぎ じゃがいも さとう | あぶら ごま にんじん いんげん ほうれんそう | ごぼう れんこん しめじ たまねぎ もやし | 乳 のり |
| 2/17 | 金 | ぎゅうにゅう ミルクパン ちゃんぽん カリフラワーサラダ みかん | ぶたにく かまぼこ たまご | ぎゅうにゅう | ミルクパン スパゲティ さとう | あぶら にんじん にら | もやし はくさい みかん たまねぎ きくらげ きゅうり コーン にんにく しょうが カリフラワー キャベツ | 乳 たまご |
| ★全学級からのリクエストメニュー | | | | | | | | |
| 2/20 | 月 | ぎゅうにゅう おぎごぼん あんかけとうふ ごじる すのもの ★プリンタルト | だいず あぶらあげ みそ とうふ とりにく かつおぶし(だし) たまご | ぎゅうにゅう こんぶ(だし) わかめ | こめ おぎ じゃがいも さとう てんぷん こむぎこ プリンタルト | ごま にんじん | はくさい だいこん ねぎ しいたけ きゅうり たけのこ きくらげ しょうが | 乳 たまご 乳・たまご |
| 2/21 | 火 | ぎゅうにゅう おぎごぼん いかとさといものにつけ うめおかあえ きんときまめのあまに | いか とりにく あつあげ かつおぶし きんときまめ | ぎゅうにゅう | こめ おぎ さといも さとう | あぶら ごまあぶら ごま にんじん いんげん | きゅうり うめ だいこん えだまめ | 乳 いか |
| 2/22 | 水 | ぎゅうにゅう まるパン クラムチャウダー こまつなサラダ いちご | ベーコン ほたてかいたし | ぎゅうにゅう スキムミルク | パン じゃがいも はちみつ | あぶら オリーブオイル にんじん チンゲンサイ こまつな | しめじ たまねぎ にんにく きゅうり コーン いちご | 乳・ほたて |
| ★甲佐中3の1リクエストメニュー | | | | | | | | |
| 2/24 | 金 | ぎゅうにゅう ★カツカレーライス まめサラダ | とりにく だいず ぶたにく | ぎゅうにゅう チーズ | こめ おぎ じゃがいも パンこ てんぷん | あぶら にんじん トマト スナップえんどう | にんにく しょうが しめじ たまねぎ えだまめ きゅうり | 乳 乳 乳 |
| 2/27 | 月 | ぎゅうにゅう おぎごぼん さかなのピザやき のっぺいじる はるさめのすのもの | ホキ とりにく あぶらあげ | ぎゅうにゅう チーズ いりこ(だし) | こめ おぎ さいいも さとう てんぷん はるさめ | ごま ごまあぶら にんじん ピーマン | だいこん ごぼう ねぎ しいたけ きゅうり きくらげ たまねぎ コーン マッシュルーム | 乳 乳 |
| 2/28 | 火 | ぎゅうにゅう ちらしずし すまじる なのはなのごまネーズあえ ももゼリー | たまご とりにく かまぼこ かつおぶし(だし) ツナ | ぎゅうにゅう こんぶ(だし) わかめ | こめ さとう じゃがいも ももゼリー | ごま マヨネーズ にんじん なのはな | ごぼう れんこん えだまめ しいたけ しめじ だいこん たけのこ ねぎ コーン | 乳・たまご たまご |

※献立は、都合により変更することがあります。