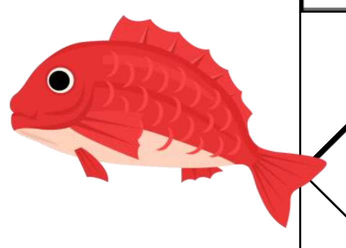
令和3年２月　給食こんだて表　　龍ヶ岳小学校

ひ	よう	しゅしょく	牛乳	おかず	ざいりょう ねつやちからになる	ざいりょう ちやにくやほねになる	ざいりょう からだのちょうしをととのえる	エネルギー たんぱくしつ
1	げつ	ハヤシライス	牛乳	ツナサラダ	米 麦 じゃがいも あぶら 砂糖 オリーブゆ	ぎゅうにく 牛乳 ハム ツナ	たまねぎ にんじん グリンピース にんにく しょうが きゅうり キャベツ	683 22.6
2	か	節分メニュー 恵方巻き	牛乳	かつおあえ のっぺ汁	米 砂糖 さといも こんにゃく でんぷん あぶら	焼きのり 厚焼卵 かまぼこ 牛乳 かつおぶし ちくわ　とりにく 厚揚げ	きゅうり はくさい にんじん だいこん ねぎ しいたけ	653 22.5
3	すい	節分メニュー 日輪刀パン	牛乳	クリームシチュー ブロッコリサラダ	フランスパン　チョコレート じゃがいも マカロニ マーガリン こめサラダ油 砂糖	牛乳 ハム とりにく ベーコン	たまねぎ にんじん グリンピース コーン ブロッコリー きゅうり	638 24.1
4	もく	黒糖パン	牛乳	ちゃんぽん 揚げぎょうざ レタス	黒糖パン ちゃんぽん麺 あぶら	牛乳 ぶたにく いか足 むきえび ぎょうざ	キャベツ もやし たまねぎ ねぎ にんじん きくらげ コーン レタス	650 27.3
5	きん	麦ごはん	牛乳	塩レモン鍋 ひじきマヨサラダ	米 麦 糸こんにゃく 白玉もち 砂糖 あぶら	牛乳 ぶたにく とうふ ひじき ぎゅうにゅう ツナ	はくさい にんじん えのきたけ ねぎ しいたけ もやし にら レモン キャベツ きゅうり	606 23.5
8	げつ	白ごはん	牛乳	豆腐の中華風煮 バンサンスー	米 じゃがいも 砂糖 ごまあぶら でんぷん あぶら はるさめ	牛乳 とうふ ぶたにく ちくわ ハム たまご	にんじん たまねぎ しいたけ ねぎ きゅうり もやし	697 26.2
9	か	麦ごはん	牛乳	いわしのかば焼き でこぽんぽん酢あえ 豚汁	米 麦 あぶら 砂糖 さといも こんにゃく	牛乳 開きいわし ちくわ とうふ ぶたにく みそ いりこ	しょうが きゅうり にんじん でこポンジュース だいこん ごぼう ねぎ	688 27.2
10	すい	ミルクパン	牛乳	カレーうどん フルーツヨーグルト	ミルクパン うどん麺 あぶら グラニュー糖	牛乳 ぶたにく かまぼこ ヨーグルト	たまねぎ にんじん もやし ねぎ みかん パイン 黄桃 バナナ	672 23.6
12	きん	ロコモコ	牛乳	レタス　コンソメスープ チョコプリン	米 バター 砂糖 あぶら チョコレート	スクールハンバーグ オムレツ 牛乳 ハム ゼラチン クリーム	たまねぎ レタス きゅうり キャベツ　にんじん　パセリ	741 27.3
15	げつ	麦ごはん	牛乳	春巻き 棒々鶏あえ たまごワカメスープ	米 麦 はるさめ ごまあぶら ぎょうざの皮 あぶら	牛乳 ぶたにく ちくわ とうふ わかめ たまご	たまねぎ にんじん ねぎ たけのこ きくらげ キャベツ きゅうり しいたけ	661 23.8
16	か	コッペパン	牛乳	ミネストローネ イタリアンサラダ クリームゴールド	コッペパン でんぷん あぶら 砂糖 オリーブゆ ドレッシング クリームゴールド	牛乳 とりにく たまご 枝豆 ウィンナー ツナ	たまねぎ にんじん キャベツ トマト コーン トマトジュース にんにく きゅうり	594 24.6
17	すい	白ごはん	牛乳	チーズタッカルビ はくさいスープ	米 あぶら もち	牛乳 とりにく チーズ ベーコン	たまねぎ にんじん キャベツ にら もやし はくさい パセリ えのきたけ	688 26.7
18	もく	オールドファッション	牛乳	たらこスパゲティ ポテツナサラダ	ミルクドーナツ あぶら スパゲティ バター じゃがいも	たまご ぎゅうにゅう 牛乳 ツナ ベーコン いか足 むきえび たらこ クッキングチーズ	たまねぎ にんじん ピーマン えのきたけ キャベツ きゅうり	612 24.6
19	きん	たいめし	牛乳	ピーナツあえ あおさみそ汁	米 ﾋﾟｰﾅｯﾂ 砂糖	たい 牛乳 ハム とうふ みそ かたくちいわし	だしこんぶ しょうが キャベツ きゅうり コーン あおさ ねぎ だいこん えのきたけ にんじん	589 23.5
22	げつ	食パン	牛乳	枝豆ポタージュ 卵サラダ プチドッグ	食パン じゃがいも あぶら ホームケーキミックス	牛乳 枝豆 ミックスビーンズ ベーコン とりにく クリーム たまご ハム 魚肉ソーセージ	かぼちゃペースト たまねぎ にんじん パセリ ミルボア キャベツ きゅうり	600 25.7
24	すい	ポークビーンズカレ	牛乳	ほうれん草サラダ	米 麦 じゃがいも あぶら	ぶたにく 大豆 牛乳 ベーコン	たまねぎ にんじん コーン グリンピース ほうれんそう しめじ エリンギ	699 22.8
25	もく	肉まん	牛乳	うどんすき 五色炒め	肉まん うどん麺 糸こんにゃく さとう あぶら じゃがいも マーガリン	牛乳 あつあげ ぎゅうにく ウィンナー	たまねぎ にんじん はくさい しいたけ ねぎ えのきたけ えんどう コーン	669 26.1
26	きん	とりかまめし	牛乳	子持ちししゃもフライ きゅうりの即席漬け けんちん汁	米 こんにゃく 砂糖 あぶら さといも	とりにく 枝豆 あげ 牛乳 ししゃもﾌﾗｲ とうふ こんぶ	たけのこ ごぼう にんじん ねぎ しいたけ きゅうり しょうが だいこん	602 24

節分　恵方巻＋鬼滅メニュー

今年は１２４年ぶりの2月**2日**の節分です。今年の恵方は南南東。恵方巻きは、恵方を向いて、何もしゃべらずに一本食べてしまうのが本当の食べ方ですが、給食ではおかずと交互に食べる三角食べでいただきましょう。そして次の日の３日は、大人気の「鬼滅の刃」の鬼退治の武器「日輪刀」をイメージしたパンです。くれぐれも振り回したりしないように、目で見て楽しんで下さい。

☆今月の手作り☆

３（水）日輪刀パン
１２（金）チョコプリン
１６（火）ミネストローネのミートボール
１９（金）鯛めし
２３（火）プチドッグ
２５（木）小１～３年の肉まん