



日曜	こんだてめい			しょくひんのしゅるい						エネルギー タンパク質
	しゅしょく	牛乳	おかず	おもにからだをつくる		おもにからだのちようしをととのえる		おもにエネルギーになる		
2月	むぎごはん	MILK	けんちんじる いわしフライ パックソース わふうサラダ ふくまめ	とうふ いわし ツナ だいす	ぎゅうにゅう わかめ	にんじん	ごぼう だいこん しいたけ キャベツ きゅうり	こめ むぎ こむぎこ パンこ じゃがいも さとう	あぶら ごま	603 23.8
3火	むぎごはん	MILK	とうふとわかめのみそじる にくじゃが ブロッコリーのごまマヨあえ	とうふ なたにく あぶらあげ みそ さつまあげ かまぼこ	ぎゅうにゅう わかめ	にんじん いんげん ブロッコリー	たまねぎ キャベツ	こめ むぎ さとう じゃがいも	あぶら ノンエッグマヨネーズ ごま	606 23
4水	くろパン	コーヒー	コンソメスープ タンドリーチキン ほうれんそうのサラダ	ベーコン とりにく ツナ	コーヒーぎゅうにゅう ひじき	にんじん ほうれんそう	たまねぎ キャベツ にんにく きゅうり	くろパン さとう	ノンエッグマヨネーズ あぶら	646 25.9
5木	むぎごはん	MILK	しげただじる しろごまつくね(2) さっぱりあえ ヨーグルト	とりにく みそ	ぎゅうにゅう ヨーグルト	にんじん ほうれんそう	ごぼう だいこん キャベツ レモン たまねぎ	こめ むぎ さとう じゃがいも しらたまもち	ごま	616 21.9
6金	むぎごはん	MILK	しせんふうまーぼーどうふ はるまき はるさめサラダ	ふたにく とうふ ハム	ぎゅうにゅう	にんじん にら	にんにく しょうが たまねぎ 白ねぎ たけのこ キャベツ きゅうり	こめ むぎ さとう かたくりこ はるさめ	あぶら ごまあぶら	658 24.6
9月	チキンライス	MILK	はくさいのミルクスープ チーズオムレツ かいそうとツナのサラダ	とりにく たまご ツナ ベーコン	ぎゅうにゅう チーズ ひじき わかめ こんぶ	にんじん	たまねぎ グリンピース マッシュルーム コーン はくさい きゅうり キャベツ	こめ さとう	あぶら バター ごま	628 24.1
10火	むぎごはん	MILK	こまつなのみそじる サーモンフライ タルタルソース ごもくきんぴら	あつあげ みそ さけ なたにく さつまあげ	ぎゅうにゅう	こまつな にんじん	たまねぎ ごぼう しょうが	こめ むぎ パンこ こむぎこ さとう	あぶら タルタルソース ごま	650 26.7
11水	けんこくきねんのひ									
12木	こどもパン	MILK	クラムチャウダー ハンバーグケチャップソース つぼみサラダ	ベーコン ほたて あさり とりにく なたにく	ぎゅうにゅう	にんじん パセリ トマト ブロッコリー	たまねぎ りんご カリフラワー キャベツ コーン	こどもパン こむぎこ さとう じゃがいも	あぶら バター ノンエッグマヨネーズ	664 24.5
13金	いなかうどん	MILK	いかのカレーあげ おひたし いちごプリン	ふたにく いか あぶらあげ みそ かつおぶし	ぎゅうにゅう	にんじん ほうれんそう	たまねぎ しめじ はくさい キャベツ	じごなうどん さとう かたくりこ いちごプリン	あぶら	690 30.6
16月	きなこあげパン	MILK	ミートボールスープ アンサンブルエッグ ポテトサラダ	きなこ とりにく ふたにく たまご ベーコン	ぎゅうにゅう チーズ	にんじん	キャベツ たまねぎ きゅうり コーン	コッパン さとう じゃがいも	あぶら ノンエッグマヨネーズ	602 21.6
17火	むぎごはん	MILK	だいこんのそぼろに いそかあえ なっとう	あつあげ ふたにく なっとう	ぎゅうにゅう のり	にんじん ほうれんそう	だいこん たまねぎ しいたけ 白ねぎ キャベツ	こめ むぎ さとう かたくりこ	あぶら	611 27.4
18水	むぎごはん	MILK	ちゅうかどんのぐ あげぎょうざ(2)	ふたにく なると とりにく	ぎゅうにゅう	にんじん チンゲンサイ	たまねぎ しいたけ キャベツ もやし きくらげ たけのこ しょうが にんにく	こめ むぎ かたくりこ	ごまあぶら あぶら	633 23.8
19木	むぎごはん	MILK	さつまいものみそじる まぐろカツ たくあんあえ	あつあげ みそ まぐろ	ぎゅうにゅう	ほうれんそう にんじん	しめじ 白ねぎ たまねぎ たくあん キャベツ	こめ むぎ パンこ さつまいも さとう こむぎこ	ごま	601 20.5
20金	むぎごはん	MILK	ポークカレー イタリアンサラダ	ふたにく みそ	ぎゅうにゅう チーズ	にんじん トマト ブロッコリー	たまねぎ セロリ コーン にんにく しょうが りんご キャベツ カリフラワー	こめ むぎ じゃがいも	あぶら カレールウ ドレッシング	636 21.9
23月	てんのうたんじょうび									
24火	きつねごはん	MILK	すましじる さばのしょうがに ごまあえ	とりにく とうふ あぶらあげ さば	ぎゅうにゅう	にんじん こまつな いとみつば ほうれんそう	しょうが キャベツ もやし	こめ さとう	あぶら ごま	628 28.1
25水	むぎごはん	MILK	たまねぎとじゃがいものみそじる チキンカツ わかめとツナのあえもの	とうふ みそ とりにく ツナ	ぎゅうにゅう わかめ	にんじん こまつな	たまねぎ キャベツ きゅうり	こめ むぎ さとう じゃがいも こむぎこ パンこ	あぶら ごまあぶら ごま	624 26.9
26木	コッパン りんごジャム	MILK	とりにくとキャベツのトマトに やさしいコロッケ コールスロー	とりにく だいす ハム	ぎゅうにゅう チーズ	にんじん トマト いんげん	たまねぎ キャベツ にんにく コーン きゅうり	コッパン パンこ じゃがいも こむぎこ りんごジャム	あぶら ノンエッグマヨネーズ	678 25.7
27金	しおラーメン	MILK	ニラまんじゅう(2) もやしのナムル	ふたにく ハム	わかめ ぎゅうにゅう	にんじん ほうれんそう にら	キャベツ もやし にんにく コーン 白ねぎ しょうが たまねぎ しいたけ きゅうり	ちゅうかめん こむぎこ さとう	あぶら ごまあぶら ごま	619 26.3

※材料入荷の都合により、多少献立を変更する場合がありますのでご了承ください。

給食回数…18回

月平均

633

24.9



古くから、節分には
豆まきをしたり、ヒイラギ
イワシ(ヒイラギの枝に焼
いたイワシの頭をさした魔
除け)を玄関に飾ったりし
て、「鬼(邪気)」を追い
払い、1年の健康としあわ
せを願います。

冬の牛乳は味が濃い!?

牛乳は、生きている牛から生産されるため、
牛の品種や育て方、えさの違いなどで風味が変わります。

夏…乳脂肪分が少ない
さっぱりとした味

秋から春先…
乳脂肪分が多い濃厚な味

冬ならではの
牛乳の
おいしさ
を味わおう!

