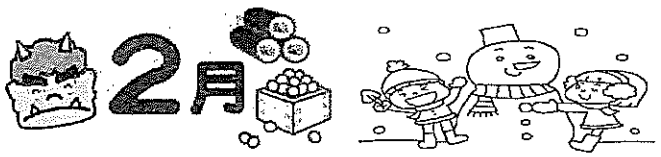


2023年度2月献立表

献立名	2/1(木)	2/2(金)	2/5(月)	2/6(火) う・き・そ お弁当	2/7(水)	2/8(木)	2/9(金)	2/12(月)	2/13(火)	2/14(水)	2/15(木) か・あ・み お弁当	2/16(金)	2/19(月)
スキムミルク お菓子 5分つきごはん 鶏肉の唐揚げ ほうれん草とコーンのソテー 大根とツナの和え物 コンソメスープ	スキムミルク お菓子 カレーライス フルーツヨーグルト	スキムミルク お菓子 5分つきごはん 鶏肉と白菜の中華煮 大根と厚揚げの炒め物 ほうれん草とちりめん豆腐のナムル コンソメスープ	スキムミルク お菓子 5分つきごはん 鶏肉と白菜の中華煮 大根と厚揚げの炒め物 ほうれん草とちりめん豆腐のナムル コンソメスープ	スキムミルク お菓子 5分つきごはん ロール白菜 大根とキャベツのソテー マカロニマヨネーズ コンソメスープ	スキムミルク お菓子 5分つきごはん ほうれん草ときのこのドリア 大根とコーンの洋ひたし 大根とツナの和え物 コンソメスープ	うどん 豚肉 大根 しめじ ほうれん草 油揚げ 玉ねぎ 木綿豆腐 おから・スキムミルク 醤油・みりん コンソメ 油・片栗粉 塩 白こしょう	スキムミルク お菓子 5分つきごはん サバ 塩 切干大根 人参 大根 豚肉 油 砂糖 みりん 本だし	スキムミルク お菓子 5分つきごはん サバ 塩 卵 ほうれん草 本だし 醤油・砂糖・塩 ごま油	スキムミルク お菓子 5分つきごはん サバ 塩 鶏肉 白菜 ねぎ しめじ ほうれん草 油揚げ 玉ねぎ 木綿豆腐 おから・スキムミルク 醤油・みりん コンソメ 油・片栗粉 塩 白こしょう	スキムミルク お菓子 5分つきごはん サウラ 醤油 みりん ごんにく・しょうが 片栗粉・油 ひじき 大豆 油揚げ 白菜 本だし 醤油・本だし 醤油・みりん	スキムミルク お菓子 5分つきごはん 厚揚げの豚肉まき 大根ときのこの炒め物 ほうれん草と人参の白和え みそ汁	スキムミルク お菓子 5分つきごはん 鶏肉 大根 人参 ねぎ しめじ ほうれん草 油揚げ 玉ねぎ 木綿豆腐 おから・スキムミルク 醤油・みりん コンソメ 油・片栗粉 塩 白こしょう	スキムミルク お菓子 5分つきごはん 豚肉 大根 人参 ねぎ しめじ ほうれん草 油揚げ 玉ねぎ 木綿豆腐 おから・スキムミルク 醤油・みりん コンソメ 油・片栗粉 塩 白こしょう
鶏肉 人参 ごぼう 油揚げ 片栗粉 ねぎ しょうが 塩・本だし 砂糖・醤油 みりん	白米 豚肉 大根 玉ねぎ 人参 じゃが芋 カレー ケチャップ ソース 油 スキムミルク	鶏肉 人参 玉ねぎ 人参 じゃが芋 カレー ケチャップ ソース 油 スキムミルク	鶏肉 人参 玉ねぎ 人参 じゃが芋 カレー ケチャップ ソース 油 スキムミルク	鶏肉 人参 玉ねぎ 人参 じゃが芋 カレー ケチャップ ソース 油 スキムミルク	鶏肉 人参 玉ねぎ 人参 じゃが芋 カレー ケチャップ ソース 油 スキムミルク	鶏肉 人参 玉ねぎ 人参 じゃが芋 カレー ケチャップ ソース 油 スキムミルク	鶏肉 人参 玉ねぎ 人参 じゃが芋 カレー ケチャップ ソース 油 スキムミルク	鶏肉 人参 玉ねぎ 人参 じゃが芋 カレー ケチャップ ソース 油 スキムミルク	鶏肉 人参 玉ねぎ 人参 じゃが芋 カレー ケチャップ ソース 油 スキムミルク	鶏肉 人参 玉ねぎ 人参 じゃが芋 カレー ケチャップ ソース 油 スキムミルク	鶏肉 人参 玉ねぎ 人参 じゃが芋 カレー ケチャップ ソース 油 スキムミルク	鶏肉 人参 玉ねぎ 人参 じゃが芋 カレー ケチャップ ソース 油 スキムミルク	鶏肉 人参 玉ねぎ 人参 じゃが芋 カレー ケチャップ ソース 油 スキムミルク
ほうれん草 玉ねぎ 油揚げ 片栗粉 塩 大根 白菜 ツナ 醤油 ごま油 砂糖・にんにく	キャベツ 人参 マヨネーズ 砂糖 塩 スキムミルク ヨーグルト バナナ 黄桃缶 みかん缶	ほうれん草 玉ねぎ 油揚げ 片栗粉 塩 大根 白菜 ツナ 醤油 ごま油 砂糖・にんにく	ほうれん草 玉ねぎ 油揚げ 片栗粉 塩 大根 白菜 ツナ 醤油 ごま油 砂糖・にんにく	ほうれん草 玉ねぎ 油揚げ 片栗粉 塩 大根 白菜 ツナ 醤油 ごま油 砂糖・にんにく	ほうれん草 玉ねぎ 油揚げ 片栗粉 塩 大根 白菜 ツナ 醤油 ごま油 砂糖・にんにく	ほうれん草 玉ねぎ 油揚げ 片栗粉 塩 大根 白菜 ツナ 醤油 ごま油 砂糖・にんにく	ほうれん草 玉ねぎ 油揚げ 片栗粉 塩 大根 白菜 ツナ 醤油 ごま油 砂糖・にんにく	ほうれん草 玉ねぎ 油揚げ 片栗粉 塩 大根 白菜 ツナ 醤油 ごま油 砂糖・にんにく	ほうれん草 玉ねぎ 油揚げ 片栗粉 塩 大根 白菜 ツナ 醤油 ごま油 砂糖・にんにく	ほうれん草 玉ねぎ 油揚げ 片栗粉 塩 大根 白菜 ツナ 醤油 ごま油 砂糖・にんにく	ほうれん草 玉ねぎ 油揚げ 片栗粉 塩 大根 白菜 ツナ 醤油 ごま油 砂糖・にんにく	ほうれん草 玉ねぎ 油揚げ 片栗粉 塩 大根 白菜 ツナ 醤油 ごま油 砂糖・にんにく	ほうれん草 玉ねぎ 油揚げ 片栗粉 塩 大根 白菜 ツナ 醤油 ごま油 砂糖・にんにく
キャラットクッキー 小麦粉 砂糖 塩 油 卵	ずいどん ほうじ茶 小麦粉・あおさ 大根・人参・ごぼう ほうれん草 塩・みりん 油・醤油	小麦粉・あおさ 大根・人参・ごぼう ほうれん草 塩・みりん 油・醤油	小麦粉・あおさ 大根・人参・ごぼう ほうれん草 塩・みりん 油・醤油	小麦粉・あおさ 大根・人参・ごぼう ほうれん草 塩・みりん 油・醤油	小麦粉・あおさ 大根・人参・ごぼう ほうれん草 塩・みりん 油・醤油	小麦粉・あおさ 大根・人参・ごぼう ほうれん草 塩・みりん 油・醤油	小麦粉・あおさ 大根・人参・ごぼう ほうれん草 塩・みりん 油・醤油	小麦粉・あおさ 大根・人参・ごぼう ほうれん草 塩・みりん 油・醤油	小麦粉・あおさ 大根・人参・ごぼう ほうれん草 塩・みりん 油・醤油	小麦粉・あおさ 大根・人参・ごぼう ほうれん草 塩・みりん 油・醤油	小麦粉・あおさ 大根・人参・ごぼう ほうれん草 塩・みりん 油・醤油	小麦粉・あおさ 大根・人参・ごぼう ほうれん草 塩・みりん 油・醤油	小麦粉・あおさ 大根・人参・ごぼう ほうれん草 塩・みりん 油・醤油
エネルギー：559(449)kcal たんぱく質：19.4(15.4)g 脂質：22.3(17.8)g 食塩：1.4(1.2)g	エネルギー：535(426)kcal たんぱく質：17.7(13.8)g 脂質：14.1(11.2)g 食塩：1.9(1.4)g	エネルギー：483(384)kcal たんぱく質：15.1(11.7)g 脂質：15.5(12.4)g 食塩：1.0(0.9)g	エネルギー：500(398)kcal たんぱく質：15.6(12.3)g 脂質：21.5(17.0)g 食塩：1.2(1.1)g	エネルギー：532(422)kcal たんぱく質：15.6(12.3)g 脂質：20.4(16.1)g 食塩：1.4(1.4)g	エネルギー：486(386)kcal たんぱく質：24.8(19.6)g 脂質：22.2(17.8)g 食塩：1.1(0.8)g	エネルギー：558(442)kcal たんぱく質：23.0(18.2)g 脂質：20.5(16.4)g 食塩：1.3(1.1)g	エネルギー：482(390)kcal たんぱく質：22.8(18.2)g 脂質：18.2(14.5)g 食塩：1.4(1.1)g	エネルギー：560(446)kcal たんぱく質：24.3(19.1)g 脂質：21.3(17.0)g 食塩：1.3(1.1)g	エネルギー：492(390)kcal たんぱく質：24.3(19.1)g 脂質：19.3(15.4)g 食塩：1.0(0.9)g	エネルギー：499(389)kcal たんぱく質：21.1(17.1)g 脂質：19.1(15.2)g 食塩：1.6(1.0)g	エネルギー：556(447)kcal たんぱく質：21.1(17.1)g 脂質：19.1(15.2)g 食塩：1.6(1.0)g	エネルギー：529(418)kcal たんぱく質：20.2(16.3)g 脂質：19.6(15.3)g 食塩：1.3(1.1)g	

振替休日

天皇誕生日



今月の郷土料理は愛媛県です！

・ひじき飯
愛媛県松山沖の潮の流れが速く、きれいな海で育ったひじきは、芽と茎のバランスが良く、シャキシャキした食感が特徴です。愛媛県松山市特産の松山あげは薄く切った豆腐を油で揚げたもので、水分量が少ないため常温で3か月も保存できるそうです。給食では油揚げを使用して提供します。

・こくしょう
愛媛県新居浜市沖の大島に伝わる精進料理の一品で、みそ汁風の煮物です。給食では汁物として提供します。



献立名	2/20(水)	2/21(木)	2/22(金)	2/23(土)	2/26(月)	2/27(火)	2/28(水)	2/29(木)
スキムミルク お菓子 5分つきごはん 鶏肉のトマト煮込み ほうれん草とコーンのソテー かぼちゃのマヨネーズ コンソメスープ	スキムミルク お菓子 5分つきごはん 鶏肉のトマト煮込み ほうれん草とコーンのソテー かぼちゃのマヨネーズ コンソメスープ	スキムミルク お菓子 5分つきごはん 鶏肉のトマト煮込み ほうれん草とコーンのソテー かぼちゃのマヨネーズ コンソメスープ	スキムミルク お菓子 5分つきごはん 鶏肉のトマト煮込み ほうれん草とコーンのソテー かぼちゃのマヨネーズ コンソメスープ	スキムミルク お菓子 5分つきごはん 鶏肉のトマト煮込み ほうれん草とコーンのソテー かぼちゃのマヨネーズ コンソメスープ	スキムミルク お菓子 5分つきごはん 鶏肉のトマト煮込み ほうれん草とコーンのソテー かぼちゃのマヨネーズ コンソメスープ	スキムミルク お菓子 5分つきごはん 鶏肉のトマト煮込み ほうれん草とコーンのソテー かぼちゃのマヨネーズ コンソメスープ	スキムミルク お菓子 5分つきごはん 鶏肉のトマト煮込み ほうれん草とコーンのソテー かぼちゃのマヨネーズ コンソメスープ	スキムミルク お菓子 5分つきごはん 鶏肉のトマト煮込み ほうれん草とコーンのソテー かぼちゃのマヨネーズ コンソメスープ
鶏肉 大豆 玉ねぎ 人参 白菜・大根 マカロニ 油 ホールトマト ケチャップ・コンソメ 砂糖 塩	白米 鶏肉 醤油 にんにく しょうが みりん 砂糖 塩 片栗粉 油	鶏肉 醤油 にんにく しょうが みりん 砂糖 塩 片栗粉 油	鶏肉 醤油 にんにく しょうが みりん 砂糖 塩 片栗粉 油	鶏肉 醤油 にんにく しょうが みりん 砂糖 塩 片栗粉 油	鶏肉 醤油 にんにく しょうが みりん 砂糖 塩 片栗粉 油	鶏肉 醤油 にんにく しょうが みりん 砂糖 塩 片栗粉 油	鶏肉 醤油 にんにく しょうが みりん 砂糖 塩 片栗粉 油	鶏肉 醤油 にんにく しょうが みりん 砂糖 塩 片栗粉 油
ほうれん草 人参 ごぼう 油揚げ 片栗粉 塩 大根 白菜 ツナ 醤油 ごま油 砂糖・みりん	れんこん 人参 ごぼう 油揚げ 片栗粉 塩 大根 白菜 ツナ 醤油 ごま油 砂糖・みりん	れんこん 人参 ごぼう 油揚げ 片栗粉 塩 大根 白菜 ツナ 醤油 ごま油 砂糖・みりん	れんこん 人参 ごぼう 油揚げ 片栗粉 塩 大根 白菜 ツナ 醤油 ごま油 砂糖・みりん	れんこん 人参 ごぼう 油揚げ 片栗粉 塩 大根 白菜 ツナ 醤油 ごま油 砂糖・みりん	れんこん 人参 ごぼう 油揚げ 片栗粉 塩 大根 白菜 ツナ 醤油 ごま油 砂糖・みりん	れんこん 人参 ごぼう 油揚げ 片栗粉 塩 大根 白菜 ツナ 醤油 ごま油 砂糖・みりん	れんこん 人参 ごぼう 油揚げ 片栗粉 塩 大根 白菜 ツナ 醤油 ごま油 砂糖・みりん	れんこん 人参 ごぼう 油揚げ 片栗粉 塩 大根 白菜 ツナ 醤油 ごま油 砂糖・みりん
さつまいも ススキ きな粉・砂糖 塩	小松菜おにぎり 水餃子 白米 小松菜 昆布だし 塩 ごま油	小松菜おにぎり 水餃子 白米 小松菜 昆布だし 塩 ごま油	小松菜おにぎり 水餃子 白米 小松菜 昆布だし 塩 ごま油	小松菜おにぎり 水餃子 白米 小松菜 昆布だし 塩 ごま油	小松菜おにぎり 水餃子 白米 小松菜 昆布だし 塩 ごま油	小松菜おにぎり 水餃子 白米 小松菜 昆布だし 塩 ごま油	小松菜おにぎり 水餃子 白米 小松菜 昆布だし 塩 ごま油	小松菜おにぎり 水餃子 白米 小松菜 昆布だし 塩 ごま油
エネルギー：484(384)kcal たんぱく質：18.6(14.7)g 脂質：12.4(9.8)g 食塩：1.0(1.0)g	エネルギー：480(385)kcal たんぱく質：15.0(12.1)g 脂質：17.0(13.5)g 食塩：1.3(1.2)g	エネルギー：483(385)kcal たんぱく質：23.0(18.1)g 脂質：15.9(12.8)g 食塩：1.3(1.2)g	エネルギー：481(387)kcal たんぱく質：21.0(16.9)g 脂質：18.7(15.0)g 食塩：1.4(1.0)g	エネルギー：501(397)kcal たんぱく質：16.0(12.7)g 脂質：17.9(14.2)g 食塩：1.2(1.1)g	エネルギー：501(399)kcal たんぱく質：14.9(12.1)g 脂質：12.2(9.8)g 食塩：1.3(1.1)g	エネルギー：483(384)kcal たんぱく質：21.4(17.0)g 脂質：19.7(15.7)g 食塩：1.3(1.1)g	エネルギー：483(384)kcal たんぱく質：21.4(17.0)g 脂質：19.7(15.7)g 食塩：1.3(1.1)g	エネルギー：483(384)kcal たんぱく質：21.4(17.0)g 脂質：19.7(15.7)g 食塩：1.3(1.1)g

※仕入れ等の都合により、事前の連絡なく献立・材料に変更が生じる場合がございます。予めご了承ください。 ※お・き・そ 弁当は未開封のものとさせていただきます。 ※お・あ・み 弁当は未開封のものとさせていただきます。