

# 2020年 2月給食献立表

日付	曜日	献立	材 料		
			(赤) 体をつくる	(黄) 働く力に	(緑) 体の調子を整える
1	土	焼きそばパン <b>3～5歳はお弁当です。</b>	ウインナー	パン 中華麺	キャベツ 人参
3	月	大豆入りご飯 ししゃもの塩焼きと胡麻和え つみれ汁	大豆 うす揚げ ししゃも いわし	米 胡麻	人参 椎茸 葱 ブロッコリー 大根 人参 えのき ほうれん草
4	火	五穀米 ぶりの唐揚げ(カレー) ポテトサラダ 玉葱の味噌汁	ぶり	米 五穀 じゃが芋	キャベツ 胡瓜 コーン 玉葱 小松菜 人参
5	水	焼きそば 卵焼き 青梗菜のスープ	豚肉 卵	中華麺	キャベツ 人参 玉葱 トマト 青梗菜 玉葱 えのき
6	木	ご飯 鶏肉の照り焼きと添え野菜 中華風春雨サラダ 白菜の味噌汁	鶏肉 ハム	米 胡麻 春雨	キャベツ 胡瓜 白菜 玉葱 人参
7	金	五穀米 鮭の塩焼きとぶかし芋 卵の花 ほうれん草のスープ	鮭 おから	米 五穀 じゃが芋 蒟蒻	人参 葱 ほうれん草 玉葱 人参
8	土	エッグ <b>3～5歳はお弁当です。</b>	卵	パン	
10	月	カレーライス シーチキンサラダ 果物	牛肉 シーチキン	米 じゃが芋	玉葱 人参 グリンピース 胡瓜 人参 バナナ
11	火	建国記念日(お休み)			
12	水	三色丼 じゃこの酢の物 大根の味噌汁	ミンチ 卵 じゃこ	米	いんげん わかめ 胡瓜 人参 大根 人参 玉葱
13	木	五穀米 豚肉と春雨のチャプチェ 餃子と添え野菜 小松菜のスープ	豚肉 ミンチ	米 五穀 春雨 餃子の皮	人参 ピーマン 玉葱 ニラ 胡瓜 小松菜 玉葱 人参
14	金	大山おこわ カレイのマヨネーズ焼きと添え野菜 南瓜の煮物 えのきのすまし汁	鶏肉 カレイ	米 もち米	人参 牛蒡 椎茸 コーン ブロッコリー 南瓜 いんげん えのき 人参 ほうれん草
15	土	ウインナーコルネ <b>3～5歳はお弁当です。</b>	ウインナー	パン	
17	月	鮭のちらし寿司 野菜の煮物 なめこのすまし汁	鮭 卵 厚揚げ	米	海苔 葱 大根 人参 いんげん なめこ 人参 えのき ほうれん草
18	火	ご飯 油淋鶏と添え野菜 小松菜の胡麻和え もやしのスープ	鶏肉 うす揚げ	米 胡麻	葱 キャベツ 小松菜 人参 もやし 玉葱 ほうれん草

冬

冬

中国地方の郷土料理

日付	曜日	献立	材 料		
			(赤) 体をつくる	(黄) 働く力に	(緑) 体の調子を整える
19	水	五穀米 鯖の塩焼きと胡麻和え 豆腐サラダ わかめのすまし汁	鯖 豆腐 じゃこ	米 五穀 胡麻	いんげん 胡瓜 コーン トマト わかめ 人参 小松菜
20	木	ご飯 豚肉の生姜焼きと添え野菜 三色盛り 大根のスープ	豚肉 ハム	米 春雨	キャベツ 胡瓜 大根 玉葱 人参
21	金	五穀米 まさご揚げと添え野菜 キャベツとベーコンの炒め物 きのこのすまし汁	エビ ミンチ 豆腐 じゃこ ベーコン	米 五穀	玉葱 ブロッコリー キャベツ 玉葱 えのき 椎茸 ほうれん草 人参
22	土	お弁当の日(給食はありません)			
24	月	振替休日(お休み)			
25	火	スタミナラーメン しゅうまいと添え野菜 果物	豚肉 ミンチ	中華麺 しゅうまいの皮	ニラ 玉葱 人参 ほうれん草 玉葱 ブロッコリー バナナ
26	水	ご飯 筑前煮 レバーの変わり揚げと添え野菜 南瓜の味噌汁	鶏肉 レバー	米 蒟蒻	大根 人参 蓮根 牛蒡 いんげん ブロッコリー 南瓜 玉葱 人参
27	木	五穀米 鯖のみそ焼きと梅和え ひじきの煮物 大根のすまし汁	鯖 うす揚げ	米 五穀	梅 小松菜 ひじき 人参 いんげん 大根 人参 ほうれん草
28	金	炊きこみご飯 鶏肉の麩焼きと添え野菜 春雨サラダ 小松菜のすまし汁	うす揚げ 鶏肉 卵	米 春雨	人参 キャベツ 胡瓜 小松菜 人参 えのき
29	土	お弁当の日(給食はありません)			

今月の見本はさくら組です。  
バイキングはさくら組がします。