



2月 こんだてひょう

月	火	水	木	金
2日	3日	4日	5日	6日
ごはん しのだに ふくぶく庵 信田煮(福袋煮) ごもく 五目きんぴら はつうま 初午だんご	ごはん いわしのてん いわしの天ぷら やさい 野菜のおかか和え だいず こんさい み そ 大豆と根菜の味噌がらめ	ごはん ひじき やさい とうふ あ ひじきと野菜の豆腐揚げ ぶたにく やさい たまご た 豚肉とカラフル野菜の卵炒め ストロベリーゼリー	ロールパン ミートボールのトマト煮 はなやさい 花野菜のペペロンチーノ フルーツヨーグルト和え	弁当持参 べんとうじさん
9日	10日	11日	12日	
パセリごはん しろみさかな 白身魚フライ とりにく 鶏肉とポテトのアンGRES ブロッコリーのソテー	ごはん ぶた いた 豚キムチ炒め ごもく 五目ビーフン にゅうないどうふ 乳乃豆腐	 建国記念の日	ごはん あ 揚げぎょうざ ぶたにく み そ いた 豚肉となすの味噌炒め ほうれん草 そう ほうれん草ともやしのナムル	パセリごはん デミグラスソースハンバーグ やさい 野菜ソテー ガトーショコラ
16日	17日	18日	19日	20日
ごはん とりにく うめ や 鶏肉の梅みそ焼き のっぺい煮 だいず 大豆とじゃこの揚げ煮	プレーンパン サーモンフライ わかめサラダ みかん	ごはん にくだんご あまづ 肉団子の甘酢あんかけ あおな うめ あ 青菜の梅のり和え かぼちゃのそぼろ煮	ごはん さわら 鰯のにんにく味噌焼き はな 菜の花とブロッコリーの ツナごま和え さつま芋 いも さつま芋のレモン煮	ごはん ほいこーろー 回鍋肉 はるま ミニ春巻き フルーツ いり フルーツ入りサラダ
23日	24日	25日	26日	27日
 天皇誕生日	むぎ 麦ごはん さけ 鮭のみそマヨ焼き はくさい ゆず か 白菜とササミの柚香あえ だいがく いも 大学芋	ごはん メンチカツ はるさめ 春雨ソテー だいこん こんぶ あ 大根の昆布和え	ごはん すき や ふう に 焼き風煮 やさい ちゅうか あ 野菜の中華和え ごま だんご ごま団子	パセリごはん ロールキャベツ とりにく 鶏肉とポテトのガーリックソテー パリパリサラダ

※ 食材の都合により献立を変更する場合があります。予めご了承ください。※ 水筒・箸・ｽﾌﾟｰﾝ等は各家庭からの御持参をお願いいたします。

平均栄養価：エネルギー517kcal たんぱく質17.0g 脂質16.2g 食塩相当量2.0g