



2月 給食だよ

☀️ 早ね・早おき・朝ごはん ☀️

令和4年 須田共同調理場

月		火		水		木		金		
日	予定など	1	2	3	節分	4	立春			
	<p>こんだて</p> <p>※食材等の状況により、献立内容を変更することがあります。ご了承ください。</p>	<p>ゆでうどん</p> <p>カレー南蛮汁</p> <p>わかめとツナの和え物</p> <p>牛乳</p>	<p>ごはん</p> <p>白菜なべ</p> <p>鉄火みそ</p> <p>ごま酢あえ</p> <p>牛乳</p>	<p>コッペパン</p> <p>豆乳クリームスープ</p> <p>チリピーンズ</p> <p>フレンチサラダ</p> <p>牛乳</p>	<p>ごはん</p> <p>春雨スープ</p> <p>豚キムチ炒め</p> <p>牛乳 中学のみ7-モト 小魚</p>	<p>豚肉 油揚げ なたと わかめ ツナ 牛乳</p>	<p>鶏肉 かまぼこ 豆腐 大豆 ツナ 牛乳</p>	<p>ベーコン 豆乳 豚肉 大豆 牛乳</p>	<p>豚肉 牛乳 (加ゆイワ)</p>	
あか	体をつくる	うどん ごま油 ルウ	ごはん 砂糖 米油 ごま	パン じゃがいも ルウ 米油	ごはん 春雨 米油 砂糖 ごま油 (7-モト)	小	608kcal/23.47g	小	612kcal/26.47g	
黄	体をうごかす	にんじん 玉ねぎ しいたけ ほうれん草	えのきだけ こんにやく もやし	白菜 にんじん 玉ねぎ	キャベツ きゅうり コーン	小	608kcal/23.47g	小	612kcal/26.47g	
みどり	体の調子をととのえる	長ねぎ キャベツ きゅうり コーン	白菜 にんじん 長ねぎ 小松菜	キャベツ きゅうり コーン	にんにく しょうが	小	780kcal/28.3g	小	785kcal/30.8g	
小	エネルギー/たんぱく質	中	中	中	中	中	中	中	中	
7	ごはん	8	9	10	11	<p>建国記念の日</p> <p>18日(金) 食育の日献立</p> <p>～世界の料理を味わおう</p> <p>*冬季オリパラ給食*～</p> <p>2月は「北京(中国)」の料理をお届けします。広い国である中国は、地域ごとに様々な料理があります。北京料理は、宮廷で出されていた、繊細な味付けが特徴です。楽しみましょう。</p>				
豚汁	中華めん	ごはん	アップルチップパン	あさりのチャウダー						
いわしの梅煮	しょうゆラーメンスープ	沢煮椀	あさりのチャウダー	鶏肉のハーブ焼き						
打ち豆とすき昆布の炒め煮	ぎょうざ	キャベツと厚揚げのみそ炒め	鶏肉のハーブ焼き	もやしとしめじのソテー						
牛乳	中華和え	みかん	もやしとしめじのソテー	牛乳	牛乳	豚肉 豆腐 いわし 昆布 打ち豆 さつまいも揚げ 牛乳	豚肉 なたと わかめ ぎょうざ 牛乳	あさり ベーコン 鶏肉 牛乳	あさり ベーコン 鶏肉 牛乳	
ごはん じゃがいも 米油 砂糖	中華めん ごま油 砂糖	ごはん 春雨 米油 ごま油 砂糖 片栗粉	パン じゃがいも 米油 ルウ	にんじん 玉ねぎ しめじ 小松菜	もやし キャベツ コーン りんご	小	603kcal/27.37g	小	602kcal/25.37g	
ごぼう 大根 にんじん	にんじん もやし たらこ 長ねぎ	ただのこ にんじん ごぼう	にんじん 玉ねぎ しめじ 小松菜	もやし キャベツ コーン りんご	小	801kcal/35.7g	小	602kcal/25.37g	小	637kcal/28.17g
長ねぎ 梅	にんにく しょうが	長ねぎ キャベツ みかん	もやし キャベツ コーン りんご	小	801kcal/35.7g	中	775kcal/26.1g	中	830kcal/34.9g	
小	603kcal/27.37g	小	602kcal/25.37g	小	637kcal/28.17g	中	775kcal/26.1g	中	830kcal/34.9g	
中	801kcal/35.7g	中	784kcal/32.0g	中	830kcal/34.9g	中	775kcal/26.1g	中	830kcal/34.9g	
14	ごはん	15	16	17	18	食育の日				
わかめスープ	きなこ揚げパン	ごはん	ごはん	米粉丸パン	ごはん	ごはん	わかめ 豚肉 なたと 鶏肉 湯葉 牛乳	わかめ 豚肉 なたと 鶏肉 湯葉 牛乳	わかめ 豚肉 なたと 鶏肉 湯葉 牛乳	
ビビンパの具	肉団子のトマトスープ	厚揚げのみそ汁	さばのみそ煮	コンソメスープ	ワンタンスープ	鶏肉の北京ダック風	ごはん 豚肉 なたと 鶏肉 湯葉 牛乳	ごはん 豚肉 なたと 鶏肉 湯葉 牛乳	ごはん 豚肉 なたと 鶏肉 湯葉 牛乳	
牛乳	チキンサラダ	もやしのカレー炒め	もやしのカレー炒め	ハンバーグデミソースがけ	鶏肉の北京ダック風	湯葉入り中華サラダ	ごはん 豚肉 なたと 鶏肉 湯葉 牛乳	ごはん 豚肉 なたと 鶏肉 湯葉 牛乳	ごはん 豚肉 なたと 鶏肉 湯葉 牛乳	
わかめ 豚肉 牛乳	きなこ 鶏肉 豚肉 牛乳	厚揚げ さば ベーコン 牛乳	さばのみそ煮	ビーンスラダ	湯葉入り中華サラダ	アルビ牛乳	ごはん 豚肉 なたと 鶏肉 湯葉 牛乳	ごはん 豚肉 なたと 鶏肉 湯葉 牛乳	ごはん 豚肉 なたと 鶏肉 湯葉 牛乳	
ごはん 春雨 片栗粉 ごま油 米油 砂糖 ごま	パン 米油 砂糖	ごはん 砂糖 米油	さばのみそ煮	ビーンスラダ	アルビ牛乳	アルビ牛乳	ごはん 豚肉 なたと 鶏肉 湯葉 牛乳	ごはん 豚肉 なたと 鶏肉 湯葉 牛乳	ごはん 豚肉 なたと 鶏肉 湯葉 牛乳	
にんじん 長ねぎ 玉ねぎ ぜんまい しょうが にんにく ほうれん草 もやし コーン	キャベツ 玉ねぎ にんじん	大根 もやし しめじ 長ねぎ	もやしのカレー炒め	ビーンスラダ	アルビ牛乳	アルビ牛乳	ごはん 豚肉 なたと 鶏肉 湯葉 牛乳	ごはん 豚肉 なたと 鶏肉 湯葉 牛乳	ごはん 豚肉 なたと 鶏肉 湯葉 牛乳	
小	579kcal/21.57g	小	663kcal/29.97g	小	624kcal/29.07g	小	579kcal/21.57g	小	624kcal/29.07g	
中	755kcal/26.3g	中	851kcal/31.2g	中	808kcal/35.7g	中	755kcal/26.3g	中	760kcal/29.0g	
21	ごはん	22	23	24	25	天皇誕生日				
チキンカレー	ソフトめん	ちゃんぽんスープ	鶏の丸焼き	コッペパン	ごはん	豆腐のみそ汁	鶏肉のレモン和え	鶏肉のレモン和え	鶏肉のレモン和え	
大豆とチーズのサラダ	ちゃんぽんスープ	ポークしゅうまい	鶏の丸焼き	ポテトスープ	豆腐のみそ汁	鶏肉のレモン和え	鶏肉のレモン和え	鶏肉のレモン和え	鶏肉のレモン和え	
牛乳	ポークしゅうまい	海藻サラダ	鶏の丸焼き	ウインナー じゃぶじゃぶソースがけ	鶏肉のみそ汁	鶏肉のレモン和え	鶏肉のレモン和え	鶏肉のレモン和え	鶏肉のレモン和え	
鶏肉 大豆 チーズ 牛乳	豚肉 かまぼこ 海藻 しゅうまい 牛乳	海藻サラダ	鶏の丸焼き	キャベツサラダ	鶏肉のみそ汁	鶏肉のレモン和え	鶏肉のレモン和え	鶏肉のレモン和え	鶏肉のレモン和え	
ごはん じゃがいも 米油 ルウ	ソフトめん 米油 ごま油 砂糖	ソフトめん 米油 ごま油 砂糖	鶏の丸焼き	コーヒー牛乳	鶏肉のみそ汁	鶏肉のレモン和え	鶏肉のレモン和え	鶏肉のレモン和え	鶏肉のレモン和え	
にんじん 玉ねぎ しょうが にんにく	にんじん キャベツ だしのこ もやし	にんじん キャベツ だしのこ もやし	鶏の丸焼き	パン 砂糖 じゃがいも 米油	鶏肉のみそ汁	鶏肉のレモン和え	鶏肉のレモン和え	鶏肉のレモン和え	鶏肉のレモン和え	
コーン キャベツ きゅうり りんご	しいたけ きゅうり コーン しょうが	しいたけ きゅうり コーン しょうが	鶏の丸焼き	キャベツ 玉ねぎ にんじん	鶏肉のみそ汁	鶏肉のレモン和え	鶏肉のレモン和え	鶏肉のレモン和え	鶏肉のレモン和え	
小	673kcal/21.47g	小	616kcal/28.17g	小	592kcal/19.37g	小	624kcal/29.07g	小	624kcal/29.07g	
中	891kcal/26.5g	中	804kcal/36.2g	中	800kcal/24.2g	中	793kcal/30.0g	中	793kcal/30.0g	
28	須田中3年 給食最終日	<p>今年の節分は2月3日です。</p> <p>今月は、節分にちなみ、「大豆」や「大豆製品」がいろいろな料理になって登場します。大豆がどんな形になり、また、どんな味がするのか、給食を食べながら、見つけてみましょう。</p>								
ごはん	豆腐 鶏肉 かまぼこ かつお節 ぶり 牛乳	<p>今月の献立の太字斜体になっているものは、須田中学校3年生のみなさんから、リクエストしてもらった献立です。中学3年生は、あと1か月で卒業となります。給食を食べるのも最後です。ぜひ、楽しんで食べてください。</p>								
すまし汁	ごはん 片栗粉 米油 砂糖 (デザート)									
ぶりカツ	小松菜 にんじん えのきだけ									
おかか和え	しいたけ キャベツ もやし									
牛乳 中学のみデザート	小									
豆腐 鶏肉 かまぼこ かつお節 ぶり 牛乳	中									
ごはん 片栗粉 米油 砂糖 (デザート)	小									
小松菜 にんじん えのきだけ	中									
しいたけ キャベツ もやし	小									
牛乳 中学のみデザート	中									

