



2月 給食予定献立表



日	曜日	全 員 献 立	赤の食品 (血や肉をつくる)	緑の食品 (体の調子をよくする)	黄色の食品 (熱や力になる)	おやつ
1	金	つくね串焼き 小松菜のピーナッツ和え だし巻き玉子 豚汁風味噌汁 りんご	つくね串・卵 豚肉・牛乳	小松菜・人参・玉ねぎ りんご	ごはん・油・ 砂糖・ピーナッツ粉	牛乳 おかし
2	土	ポークカレー 福神漬け サラダ 果汁	豚肉・たまご サラダプラス・牛乳	人参・玉ねぎ・レタス・トマト 福神漬け・きゅうり・果汁	ごはん 油	牛乳 おかし
4	月	せんべい汁 ちくわの磯揚げ 枝豆 オレンジ	鶏肉・ちくわ 枝豆・牛乳	大根・人参・ねぎ・ごぼう・青のり 舞茸・椎茸・白菜・オレンジ	ごはん・糸こんに せんべい・油	牛乳 おかし
5	火	揚げ豆腐のあんかけ 白菜のツナ和え かまぼこ もずくの味噌汁 パナナ	とりひき・豆腐・かまぼこ ツナ・牛乳・油揚げ	人参・白菜・もずく 玉ねぎ・パナナ	ごはん・片栗粉 油・じゃがいも	牛乳 おかし
6	水	焼鮭 春雨サラダ ひじき炒め 豆腐とわかめの味噌汁 みかん	焼き鮭・ハム 大角天・豆腐・牛乳	きゅうり・ささげ・れんこん 人参・わかめ・みかん	ごはん 砂糖 マヨネーズ・春雨	牛乳 おかし
7	木	牛肉コロッケ 干きやべつ ツナいり卵 ほうれん草とはんぺんのスープ りんご	はんぺん・卵 ツナ・牛肉・牛乳	きゃべつ・ほうれん草 人参・りんご	砂糖 コロッケ パン・油	牛乳 おかし
8	金	冷しゃぶ グリーンサラダ ジャーマンポテト 味のり 玉ねぎとわかめの味噌汁 オレンジ	豚肉 ベーコン・わかめ・牛乳	アスパラ・レタス・きゅうり 人参・オレンジ・味のり・わかめ	パン・砂糖 じゃがいも・油	牛乳 おかし
9	土	ビーフカレー 福神漬け サラダ 果汁	牛肉 たまご サラダプラス 牛乳	人参・玉ねぎ・レタス・トマト 福神漬け きゅうり 果汁	ごはん カレールー・油	牛乳 おかし
12	火	麻婆豆腐 野菜のごま和え 板かま なすと油揚げの味噌汁 パナナ	豚ひき肉・板かま 油揚げ・牛乳	長ねぎ・白菜・人参 アスパラ・なす・パナナ	ごはん・ごま油 砂糖	ジョア おかし
13	水	煮魚 ビーフン炒め 大根煮 ウィンナー きのこ油揚げの味噌汁 りんご	赤魚・ウィンナー 油揚げ・牛乳	玉ねぎ・ピーマン・人参 しめじ・えのき・大根・りんご	ごはん・ビーフン 砂糖	牛乳 おかし
14	木	<誕生会>カレーピラフ えび餃子 ミントマト レタス ポトフ オレンジ ハートのプリン	えび餃子・豚挽き肉 ウィンナー・牛乳	人参・たまねぎ・ミントマト レタス・きゅうり・キャベツ・オレンジ	ごはん・油 カレー粉	ヤクルト ケーキ
15	金	豚汁 マカロニサラダ 納豆 パナナ	豚肉 焼豆腐 納豆 魚肉ソーセージ 牛乳	しめじ・人参・玉ねぎ・白菜・きゅうり きゃべつ・ごぼう・長ネギ・パナナ	マカロニ 砂糖 糸こんに マヨネーズ じゃがいも	牛乳 おかし
16	土	クリームシチュー わかめサラダ ゆで卵 果汁	とり肉・たまご わかめ・牛乳	人参・玉ねぎ・マッシュルーム・コーン レタス・きゅうり・トマト・わかめ・果汁	ごはん じゃがいも・油	牛乳 おかし
18	月	※味噌カレー牛乳ラーメン みかん	焼豚 牛乳	もやし・たまねぎ・長ねぎ わかめ・メンマ・みかん	ラーメン・バター スープ・油	牛乳 おかし
19	火	とり天 コールスロー もやし炒め 豆腐とわかめの味噌汁 オレンジ	鶏肉・卵 豆腐・牛乳	キャベツ・人参・コーン缶・もやし ニラ・わかめ・オレンジ	ごはん・油 砂糖・天ぷら粉	牛乳 おかし
20	水	さばの味噌煮 切干大根煮 かぼちゃ煮 ウィンナー かき玉汁 パナナ	さば 大角天 ウィンナー 卵 牛乳	切干大根・人参・かぼちゃ いんげん・玉ねぎ・パナナ	ごはん 砂糖 糸こんに・油	牛乳 おかし
21	木	煮込みハンバーグ スパゲティ 人参グラッセ ブロッコリー わかめと麩のスープ パナナ	ハンバーグ 牛乳	人参・ブロッコリー・玉ねぎ わかめ・しめじ・パナナ	スパゲティ・パン 麩・油	牛乳 おかし
22	金	餃子 野菜炒め トマト 卵とニラの味噌汁 パイン缶	餃子・ベーコン 卵・牛乳	キャベツ・人参・もやし・ピーマン ニラ・玉ねぎ・パイン缶	ごはん・ごま 油	牛乳 おかし
23	土	チキンカレー 福神漬け サラダ 果汁	とり肉・たまご サラダファミリー・牛乳	人参・玉ねぎ・レタス・トマト 福神漬け・きゅうり・果汁	ごはん じゃがいも・油	牛乳 おかし
25	月	えび天うどん オレンジ	たまご・えび天 牛乳	ほうれん草 万能ねぎ・オレンジ	うどん 砂糖	牛乳 おかし
26	火	しょうがみそおでん おくらのなめたけ和え トマト きのこの澄まし汁 りんご	ぼたんちくわ・大角天 うずらの卵・ツナ・牛乳	大根・しょうが・おくら・なめたけ トマト・しめじ・椎茸・りんご	ごはん・じゃがいも 糸こんに・バター	ヨーグルト おかし
27	水	魚の香味焼き すき昆布煮 ポテトサラダ なめこと大根の味噌汁 みかん	さば・ハム・大角天 煮豆・豆腐・牛乳	昆布・人参・きゅうり・玉ねぎ なめこ・大根・みかん	ごはん・糸こんに じゃがいも・油	牛乳 おかし
28	木	ナポリタン 魚肉ソーセージ 大根サラダ 卵と玉ねぎのスープ りんご	ウィンナー・牛乳 卵・魚肉ソーセージ	玉ねぎ・大根・人参・きゅうり ピーマン・わかめ・りんご	スパゲティ・麩 パン・バター	牛乳 おかし

◎材料その他の都合により、変更になる場合もありますのでご了承ください。
◎18時以降の延長の際は、おにぎり又はパンと飲み物が出ます。

<給食室から一言>



春とは名ばかりの厳しい冷え込みが続きますが、寒さに負けまいよう
給食では冬野菜を中心に体を温める食材を多く取り入れています！
子供達はリラックスした様子で食事を楽しんでくれているようです。



2月14日(木)はお誕生会なので以上児さんはご飯いりません。

※味噌カレー牛乳ラーメン→ここ数年で大流行した青森市を代表するB級グルメです。
ベースは味噌ラーメンで、カレーで風味をつけて、牛乳でマイルドにするスタイルです。

