



令和 5年 2月 給食献立表



日曜日	朝おやつ	給食	おやつ	主な材料			一口メモ
				血や肉、骨をつくる	熱や力となる	調子を整える	
1	牛乳	ポトフ ごぼうサラダ	牛乳 ミルク スコーン	牛乳、ウインナー、生クリーム、かまぼこ、ツナ缶	マヨネーズ、じゃがいも、米、ミックス粉	人参、玉ねぎ、キャベツ、ごぼう	節分のいわれ もともと節分は、立春、立夏、立秋、立冬の前日のことで、1年に4回ありました。しかし、1年の始まりとして春を大事に考えるようになると、節分といえは春の節分のみを指すようになりまし。大みそかともいえる節分の日には、前の年の邪気を祓うための行事が行われます。 福は内、鬼は外 「鬼は外」といわない豆まきもあります。東京雑司ヶ谷の鬼子母神は、お祭りしているのが鬼子母神なので「鬼は外」といいません。奈良吉野の金峰山寺蔵王堂では「福は内、鬼も内」といって全国から追われてきた鬼を迎え入れ、改心させるそうです。 1月の誕生日会メニュー ★おからのミートボール ★小松菜の納豆和え ★きのこの中華スープ ★わかめごはん ★ヨーグルトゼリー ★ケーキ（おやつ） ★給食・おやつを掲載しています。 ↓下記のQRコードから
水	クッキー	凍り豆腐の卵とじ フロッコリーサラダ	牛乳 チーズ饅頭	牛乳、卵、クリームチーズ	じゃがいも、里芋、こんにゃく、米、ミックス粉	人参、玉ねぎ、干しいたけ、いんげん、きゅうり、フロッコリー	
2	牛乳	魚の西京焼き ほうれん草のせのご和え かきたま汁	牛乳 ピーチケーキ	鮭、牛乳、味噌、卵、木綿豆腐	片栗粉、マヨネーズ、薄力粉、バター	人参、ほうれん草、小松菜、しめじ、きゅうり、コーン、黄輪飯	
木	ポーロ	和風スパゲティ	丸ポーロ	ベーコン	スパゲティ麺、油	人参、玉ねぎ、えのき、しめじ	
3	牛乳	魚の西京焼き ほうれん草のせのご和え かきたま汁	牛乳 ピーチケーキ	鮭、牛乳、味噌、卵、木綿豆腐	片栗粉、マヨネーズ、薄力粉、バター	人参、ほうれん草、小松菜、しめじ、きゅうり、コーン、黄輪飯	
金	せんべい						
4							
5							
6	牛乳	豆乳汁 切り干し大根の炒め煮	牛乳 きざこ 揚げパン	豆乳、鶏肉、油揚げ、味噌、牛乳、木綿豆腐	砂糖、油、米、ロールパン、黒砂糖	玉ねぎ、人参、えのき、白菜、切干大根、れんこん	
月	ビスケット	魚の竜田揚げ キャベツの胡麻和え 豆腐とネギのスープ	牛乳 チーズ人参 蒸しパン	赤魚、木綿豆腐、牛乳、フロセス チーズ	片栗粉、油、すりごま、ミックス粉、米	人参、玉ねぎ、ネギ、キャベツ、もやし	
7	牛乳	魚の竜田揚げ キャベツの胡麻和え 豆腐とネギのスープ	牛乳 チーズ人参 蒸しパン	赤魚、木綿豆腐、牛乳、フロセス チーズ	片栗粉、油、すりごま、ミックス粉、米	人参、玉ねぎ、ネギ、キャベツ、もやし	
火	バナナ	タイピーエン ちくわともやしのナムル	麦茶 おにぎり	豚肉、ちくわ、牛乳	醤油、ごま油、米	玉ねぎ、人参、白菜、ネギ、もやし、きゅうり	
8	牛乳	ハンバーグ マカロニサラダ 野菜スープ	牛乳 クッキー	合いびき肉、鶏レバー、牛乳、ハム、卵、ウインナー	パン粉、マヨネーズ、マカロニ、米	人参、玉ねぎ、きゅうり、もやし、キャベツ	
9	牛乳	ハンバーグ マカロニサラダ 野菜スープ	牛乳 クッキー	合いびき肉、鶏レバー、牛乳、ハム、卵、ウインナー	パン粉、マヨネーズ、マカロニ、米	人参、玉ねぎ、きゅうり、もやし、キャベツ	
10	牛乳	ハンバーグ マカロニサラダ 野菜スープ	牛乳 クッキー	合いびき肉、鶏レバー、牛乳、ハム、卵、ウインナー	パン粉、マヨネーズ、マカロニ、米	人参、玉ねぎ、きゅうり、もやし、キャベツ	
11	牛乳	ハンバーグ マカロニサラダ 野菜スープ	牛乳 クッキー	合いびき肉、鶏レバー、牛乳、ハム、卵、ウインナー	パン粉、マヨネーズ、マカロニ、米	人参、玉ねぎ、きゅうり、もやし、キャベツ	
12	牛乳	ハンバーグ マカロニサラダ 野菜スープ	牛乳 クッキー	合いびき肉、鶏レバー、牛乳、ハム、卵、ウインナー	パン粉、マヨネーズ、マカロニ、米	人参、玉ねぎ、きゅうり、もやし、キャベツ	
13	牛乳	カレーシチュー れんこんサラダ	牛乳 ホットケーキ	豚肉、鶏レバー、卵	マヨネーズ、すりごま、ミックス粉、メープルシロップ	人参、玉ねぎ、れんこん、きゅうり	
14	牛乳	中華丼 小松菜の納豆和え	牛乳 チーズケーキ	豚肉、かまぼこ、納豆、クリーム チーズ、牛乳	薄力粉、米	人参、玉ねぎ、キャベツ、小松菜、きゅうり、レモン果汁	
15	牛乳	魚の塩焼き いんげんの胡麻和え みぞしる	牛乳 卵ロールパン	鮭、味噌、木綿豆腐、牛乳、卵	すりごま、ロールパン、マヨネーズ	人参、玉ねぎ、いんげん	
16	牛乳	鶏のマーマレード焼き 大根サラダ すまし汁	牛乳 メロンパン クッキー	鶏肉、ハム、牛乳	バター、マヨネーズ、米、グラニュー糖	人参、大根、きゅうり、オクラ、えのき	
17	牛乳	魚の塩焼き いんげんの胡麻和え みぞしる	牛乳 卵ロールパン	鮭、味噌、木綿豆腐、牛乳、卵	すりごま、ロールパン、マヨネーズ	人参、玉ねぎ、いんげん	
18	牛乳	魚の塩焼き いんげんの胡麻和え みぞしる	牛乳 卵ロールパン	鮭、味噌、木綿豆腐、牛乳、卵	すりごま、ロールパン、マヨネーズ	人参、玉ねぎ、いんげん	
19	牛乳	魚の塩焼き いんげんの胡麻和え みぞしる	牛乳 卵ロールパン	鮭、味噌、木綿豆腐、牛乳、卵	すりごま、ロールパン、マヨネーズ	人参、玉ねぎ、いんげん	
20	牛乳	魚の塩焼き いんげんの胡麻和え みぞしる	牛乳 卵ロールパン	鮭、味噌、木綿豆腐、牛乳、卵	すりごま、ロールパン、マヨネーズ	人参、玉ねぎ、いんげん	
21	牛乳	魚の塩焼き いんげんの胡麻和え みぞしる	牛乳 卵ロールパン	鮭、味噌、木綿豆腐、牛乳、卵	すりごま、ロールパン、マヨネーズ	人参、玉ねぎ、いんげん	
22	牛乳	魚の塩焼き いんげんの胡麻和え みぞしる	牛乳 卵ロールパン	鮭、味噌、木綿豆腐、牛乳、卵	すりごま、ロールパン、マヨネーズ	人参、玉ねぎ、いんげん	
23	牛乳	魚の塩焼き いんげんの胡麻和え みぞしる	牛乳 卵ロールパン	鮭、味噌、木綿豆腐、牛乳、卵	すりごま、ロールパン、マヨネーズ	人参、玉ねぎ、いんげん	
24	牛乳	魚の塩焼き いんげんの胡麻和え みぞしる	牛乳 卵ロールパン	鮭、味噌、木綿豆腐、牛乳、卵	すりごま、ロールパン、マヨネーズ	人参、玉ねぎ、いんげん	
25	牛乳	魚の塩焼き いんげんの胡麻和え みぞしる	牛乳 卵ロールパン	鮭、味噌、木綿豆腐、牛乳、卵	すりごま、ロールパン、マヨネーズ	人参、玉ねぎ、いんげん	
26	牛乳	魚の塩焼き いんげんの胡麻和え みぞしる	牛乳 卵ロールパン	鮭、味噌、木綿豆腐、牛乳、卵	すりごま、ロールパン、マヨネーズ	人参、玉ねぎ、いんげん	
27	牛乳	魚の塩焼き いんげんの胡麻和え みぞしる	牛乳 卵ロールパン	鮭、味噌、木綿豆腐、牛乳、卵	すりごま、ロールパン、マヨネーズ	人参、玉ねぎ、いんげん	
28	牛乳	魚の塩焼き いんげんの胡麻和え みぞしる	牛乳 卵ロールパン	鮭、味噌、木綿豆腐、牛乳、卵	すりごま、ロールパン、マヨネーズ	人参、玉ねぎ、いんげん	

