



日付	2月19日 (日)	2月20日 (月)	2月21日 (火)	2月22日 (水)	2月23日 (木)	2月24日 (金)	2月25日 (土)
あさ朝	あんぱん スパゲティーサラダ くだもの(りんご) ギョウニョウ牛乳 	ベイハン 米飯 煮豆腐 キャベツと塩昆布の ショコンプ ごま油和え ミソ汁 (チンゲン菜) ふりかけ (しそ) ギョウニョウ牛乳	ショク 食パン イチゴジャム カリフラワーと ウィナーのソテー タラモサラダ ギョウニョウ牛乳	ベイハン 米飯 ししゃも レンコン金平 ミソ汁 (豆腐・わかめ) ウメ干し ギョウニョウ牛乳	ジャムパン 豆と豆乳のサラダ ヨーグルト ギョウニョウ牛乳 	ベイハン 米飯 卵の花 もやしと桜エビの和え物 ミソ汁 (厚揚げ) ふりかけ (かつお) ギョウニョウ牛乳	ショク 食パン ピーナッツマーガリン ヤングコーンのソテー ミルクスープ ギョウニョウ牛乳
ひる昼	ベイハン 米飯 ギョウニョウ牛肉のしぐれ煮 オクラの胡麻和え ミソ汁 (じゃが芋) きなこプリン	ベイハン 米飯 チキン南蛮 ツケ) スパゲッティ ショウゴク 春菊のデリサラダ ミソ汁 (里芋)	ベイハン 米飯 サバ 鯖のごま味噌焼き ツケ) いんげんの金平 ナス 茄子の揚げびたし キウリ 胡瓜と竹輪の酢の物	セレクト給食 ・明太クリームパスタ ・ミートスパゲッティ ロールパン コマツナ 小松菜のフレンチサラダ アオ 青りんごゼリー  	ベイハン 米飯 アジフライ ツケ) 千切りキャベツ オクラの胡麻和え ミソ汁 (もやし・にら) カステラ 	ポークカレー フクジンズ 福神漬 グリーンサラダ ヨーグルトババロア 	ベイハン 米飯 ガーリックチキン ラタトゥイユ添え ゴボウサラダ エビ団子と野菜のスープ ふりかけ (野菜)
ゆう夕	ベイハン 米飯 ナス 茄子と豚肉のキムチ炒め チンゲンサイ 青梗菜のおかか和え たまごスープ ふりかけ (さけ)	ベイハン 米飯 サケ 鮭のワイン蒸し フワフワ 和風ソース ツケ) 菜の花の炒め物 トウモロコシ 冬瓜のカニカマあんかけ スミリア 酢味噌和え	ベイハン 米飯 つくねハンバーグ (野菜あん) ミズナ 水菜とささみの ゴマ 胡麻サラダ ミソ汁 (かぼちゃ) しそ昆布	ベイハン 米飯 トリニク 鶏肉のみぞれ煮 (柚子風味) ツケ) 里芋の煮物 ピーマンのじゃこ和え ミソ汁 (なめこ) ノザワナツ 野沢菜漬	ベイハン 米飯 カボチャ 南瓜とチキンの クリームシチュー ほうれん草とツナの 和え物 くだもの(黄桃缶) ふりかけ (たらこ) 	ベイハン 米飯 和風オムレツ ツケ) ブロッコリー ナ 菜の花と揚げのお浸し ミソ汁 (大根葉) ベったら漬	ベイハン 米飯 アカウオ 赤魚の煮付け ツケ) 花人参とがんと ダイコン 大根とクラゲの和え物 ミソ汁 (茄子) タカナツケ 高菜漬
せいぶん成分	I補給 - 1795 kcal たんぱくしつ 蛋白質 71.7 g しじつ 脂質 60.2 g えんぶん 塩分 6.3 g	I補給 - 1920 kcal たんぱくしつ 蛋白質 76.2 g しじつ 脂質 68.4 g えんぶん 塩分 8.3 g	I補給 - 1780 kcal たんぱくしつ 蛋白質 73.7 g しじつ 脂質 59.1 g えんぶん 塩分 8.1 g	I補給 - 1788 kcal 蛋白質 73.0 g しじつ 脂質 50.8 g えんぶん 塩分 9.2 g	I補給 - 1804 kcal たんぱくしつ 蛋白質 61.7 g しじつ 脂質 51.7 g えんぶん 塩分 6.2 g	I補給 - 1819 kcal たんぱくしつ 蛋白質 75.3 g しじつ 脂質 61.4 g えんぶん 塩分 8.9 g	I補給 - 1718 kcal たんぱくしつ 蛋白質 80.0 g しじつ 脂質 54.1 g えんぶん 塩分 8.3 g

◎材料の都合により、一部献立の内容が変わることがあります。