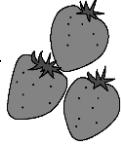

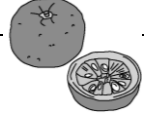




2月5日(月)





～ 2月11日(日)

予約票提出: 12月14日(木) 2時間目の休み時間まで

<p>5 (月)</p> <p>1年生 2年生 3年生</p>	<p>●ごはん ▲家常豆腐(ジャジャン豆腐) ■コーン和え ◆いちご ▼牛乳</p> <p>【エネルギー 802kcal】 【蛋白質 32.7g】 【脂質 24.9g】 【食塩相当量 1.9g】</p> <p>●米 麦 ▲豚肉 にんじん たまねぎ たけのこ きくらげ 干しいたけ 生揚げ ながねぎ なら サラダ油 にんにく しょうが しょうゆ 赤みそ 三温糖 コチュジャン 塩 こしょう 豚鶏スープ ごま油 でんぷん ■こまつな キャベツ コーン 干しいたけ こんぶ しょうゆ みりん 三温糖 かつおぶし ◆いちご ▼牛乳</p> 	<p>給食 弁当</p>
<p>6 (火)</p> <p>1年生 2年生</p>	<p>●ミルクロール ▲さわらの香草パン粉焼き ■冬野菜のサラダ ◆さつまいもとりんごのはちみつ煮 ▼きのこたまごのコンソメスープ ○牛乳</p> <p>— 3年生の給食の実施はありません —</p> <p>【エネルギー 820kcal】 【蛋白質 39.3g】 【脂質 31.8g】 【食塩相当量 4.6g】</p> <p>●ミルクロール ▲さわら おろししょうが おろしにんにく 酒 ハーブシーズニング パン粉 チーズ ■ブロッコリー キャベツ にんじん 酢 オリーブ油 砂糖 塩 こしょう たまねぎ ◆さつまいも りんご 白ワイン パター ▼ベーコン サラダ油 じゃがいも ぶなしめじ えのきたけ 卵 塩 しょうゆ 酒 こしょう コンソメ でんぷん こまつな ○牛乳</p> 	<p>給食 弁当</p>
<p>7 (水)</p> <p>1年生 2年生 3年生</p>	<p>●ポークカレーライス ▲柚子ぼん酢サラダ ■スイートポテト ◆牛乳</p> <p>【エネルギー 886kcal】 【蛋白質 30.4g】 【脂質 24.7g】 【食塩相当量 3.1g】</p> <p>●米 麦 サラダ油 豚肉 じゃがいも たまねぎ にんじん にんにく しょうが 中濃ソース しょうゆ 赤ワイン スキムミルク カレー粉 チャツネ カレールー ▲わかめ コーン キャベツ しょうゆ ゆず果汁 みりん ■さつまいも 花豆 三温糖 パター チーズ 生クリーム 牛乳 バニラエッセンス みりん ◆牛乳</p> 	<p>給食 弁当</p>
<p>8 (木)</p> <p>1年生 2年生 3年生</p>	<p>●ごはん ▲ヤンニョムチキン(韓国料理) ■もやしのナムル ◆太平燕(タイピーエン) ▼牛乳</p> <p>【エネルギー 852kcal】 【蛋白質 34.0g】 【脂質 28.1g】 【食塩相当量 2.4g】</p> <p>●米 麦 ▲とり肉 しょうゆ 酒 でんぷん 米粉 油 コチュジャン みりん 三温糖 ケチャップ ごま油 おろしにんにく 赤みそ 煎りごま ■もやし こまつな にんじん 酢 しょうゆ ごま油 砂糖 コチュジャン 豆板醤 ◆豚肉 サラダ油 しょうが たまねぎ にんじん 塩 こしょう きくらげ しょうゆ 豚鶏スープ はるさめ 白菜 いか えび 酒 うずら卵 ながねぎ こまつな ごま油 ▼牛乳</p> 	<p>給食 弁当</p>
<p>9 (金)</p> <p>1年生 2年生 3年生</p>	<p>●ごはん ▲さばの竜田揚げ ■ひじきの海苔和え ◆もずくスープ ▼ぼんかん ○牛乳</p> <p>【エネルギー 857kcal】 【蛋白質 31.2g】 【脂質 31.5g】 【食塩相当量 2.0g】</p> <p>●米 麦 ▲さば しょうゆ 酒 おろししょうが でんぷん 米粉 油 ■ほうれんそう キャベツ にんじん ひじき しょうゆ みりん 酒 のり ◆とり肉 にんじん もずく 卵 こまつな しょうゆ 塩 みりん 酒 でんぷん かつおぶし ▼ぼんかん ○牛乳</p> 	<p>給食 弁当</p>

2月12日(月)

～ 2月18日(日)

<p>12 (月)</p>	<p>●▲○■△● 建国記念日の振替休日 ●▲○■△●</p>		
<p>13 (火)</p> <p>1年生 2年生 3年生</p>	<p>●ごはん ▲鶏肉のごま焼き ■千草和え ◆味噌けんちん汁 ▼いよかん ○牛乳</p> <p>【エネルギー 807kcal】 【蛋白質 32.0g】 【脂質 26.2g】 【食塩相当量 2.1g】</p> <p>●米 麦 ▲とり肉 しょうゆ 三温糖 みりん 酒 煎りごま ■キャベツ にんじん もやし こまつな きくらげ 油揚げ 煎りごま 三温糖 しょうゆ 酢 ごま油 ◆だいこん にんじん ごぼう 豆腐 油揚げ こんにゃく さといも サラダ油 赤みそ 白みそ かつおぶし ながねぎ ▼いよかん ○牛乳</p> 	<p>給食 弁当</p>	
<p>14 (水)</p> <p>1年生 2年生 3年生</p>	<p>●ピタパン ▲チリコンカン ■ブロッコリーサラダ ◆マカロニスープ ▼ココアクレープ(バレンタイン) ○牛乳</p> <p>【エネルギー 801kcal】 【蛋白質 32.9g】 【脂質 32.0g】 【食塩相当量 2.9g】</p> <p>●ピタパン ▲豚肉 ウインナー 大豆 いんげん豆 ひよこまめ にんじん たまねぎ パター パセリ コーン サラダ油 ウスターソース しょうゆ 砂糖 トマトピューレー トマト缶 ハヤシルウ テリパウダー 白ワイン ■ブロッコリー わかめ キャベツ にんじん 酢 サラダ油 砂糖 塩 こしょう たまねぎ ◆マカロニ ベーコン たまねぎ にんじん キャベツ こまつな コンソメ 塩 こしょう パター サラダ油 ▼豆乳 砂糖 油脂 米粉 大豆油 水あめ ココア 麦芽糖 でんぷん 増粘剤 乳化剤 香料 凝固剤 カラメル色素 メタリン酸Na ベーキングパウダー ピロリン酸第二鉄 カロチノイド色素 ○牛乳</p> 	<p>給食 弁当</p>	
<p>15 (木)</p>	<p>12年生 定期テスト1日目</p> 		
<p>16 (金)</p> <p>1年生 2年生 3年生</p>	<p>●ハヤシライス ▲海藻サラダ ■オレンジ ◆牛乳</p> <p>【エネルギー 836kcal】 【蛋白質 30.5g】 【脂質 26.5g】 【食塩相当量 3.0g】</p> <p>●米 麦 豚肉 たまねぎ たまねぎ にんじん マッシュルーム グリンピース トマト缶 トマトピューレー ハヤシルウ 赤ワイン サラダ油 にんにく しょうが 生クリーム ▲海藻 わかめ キャベツ こまつな 酢 サラダ油 砂糖 しょうゆ 塩 卵焼き ■オレンジ ◆牛乳</p> 	<p>給食 弁当</p>	

★食材料の都合により内容が異なることがあります。

学校給食摂取基準:エネルギー 830kcal、たんぱく質※27~41.5g、脂質※ 18.4~27.7g、食塩相当量2.5g未満

★アレルギーのある人は、家族と相談してから予約して下さい。

※たんぱく質:学校給食による摂取エネルギー比13~20%、脂質:学校給食による摂取エネルギー比20~30%