

2月 献立予定表

はちおうじしりつまつえしょうがつこう
八王子市立松枝小学校

17回

ひょうび 日・曜日	こんだてめい 献立名			おもざいりょうめい 主な材料名			えいようか 栄養価
	しゅしょく 主食	のみ もの	おかず(主菜・副菜)など	からだのちにく にく あかしょくひん 赤の食品	ねつちから きいろしょくひん 黄色の食品	からだのちょうし ととの みどりしょくひん 緑の食品	
3火	セルフえほうまき <small>せっぽん 節分</small>	牛乳	だいすのあげに つみれじる くだもの		とりにく あぶらあげ のり だいす いわし とうふ けずりぶし ぎゅうにゅう	こめ さとう ごま でんぶん あぶら	にんじん しいたけ かんぴょう しようが たまねぎ ごぼう だいこん ながねぎ くだもの
4水	なめし	牛乳	あじのねぎしおやき こんさいじる うどとこんにゃくのきんぴら		あぶらあげ じゃこ あじ ぶたにく とうふ みそ けずりぶし ぎゅうにゅう	こめ ごまあぶら さとう ごま さといも あぶら こんにゃく	こまつな しょうが にんにく ながねぎ ごぼう だいこん にんじん しめじ うど
5木	ごはん	牛乳	しせんどうふ たまごとこまつなちゅうかスープ のりしおポテト		とうふ ぶたにく たまご わかめ けずりぶし のり ぎゅうにゅう	こめ あぶら さとう ごまあぶら でんぶん じやがいも	たまねぎ にんじん ながねぎ ちんげんさい たけのこ にんにく しょうが こまつな はくさい
6金	コッペパン	牛乳	てづくりいちごジャム クリームシチュー イタリアンサラダ		とりにく ハム ぎゅうにゅう なまクリーム	パン さとう ジャがいも あぶら こむぎこ バター オリーブ油	いちご レモン にんじん たまねぎ はくさい だいこん ピーマン きゅうり
9月	かやくごはん	牛乳	おでん やさいのおひたし くだもの		とりにく ひじき あぶらあげ ちくわ あげボール こんぶ うずらたまご にぼし じゃこ かつおぶし ぎゅうにゅう	こめ こんにゃく あぶら さとう じゃがいも こんにゃく	にんじん ごぼう しいたけ だいこん こまつな もやし くだもの
10火	ほうとう <small>ねん 100年フード:山梨県</small>	牛乳	ちくわのいそべあげ まめこくとう こまつなとツナのいためもの		ぶたにく あぶらあげ みそ にぼし ちくわ のり だいす ツナ ぎゅうにゅう	うどん こむぎこ あぶら さとう ごまあぶら ごま ぎゅうにゅう	かばちゃ にんじん だいこん ながねぎ はくさい しいたけ こまつな もやし
12木	ごはん	牛乳	さばのしおやき みそしる にんじんしりしり		さば わかめ とうふ あぶらあげ みそ にぼし ツナ こんぶ ぎゅうにゅう	こめ あぶら ごま	にんじん だいこん はくさい ながねぎ
13金	だいすピラフ <small>バレンタイン</small>	牛乳	はくさいスープ やさいのピクルス はちこめっこココアカップケーキ		とりにく だいす けずりぶし たまご ぎゅうにゅう	こめ あぶら さとう こむぎこ バター チョコチップ	にんじん たまねぎ コーン にんにく はくさい だいこん きゅうり
16月	ごはん	牛乳	わかさぎのなんばんづけ にくじやが もやしのからしあえ くだもの		わかさぎ ぶたにく ぎゅうにゅう	こめ でんぶん あぶら さとう ごま じゃがいも こんにゃく	ねぎ たまねぎ にんじん さやえんどう もやし こまつな くだもの
17火	てんぐごはん <small>こども屋台選手権</small>	牛乳	てんぐのハナゲット やさいのいろどりあえ じゃがいものみそしる		とりにく とうふ かつおぶし わかめ あぶらあげ みそ にぼし ぎゅうにゅう	こめ ごま マヨネーズ でんぶん あぶら じゃがいも	たまねぎ れんこん にんにく こまつな もやし にんじん しめじ コーン
18水	チリコンカンライス	牛乳	きのこスープ わかめとツナのサラダ		きんときまめ ぶたにく ハム けずりぶし わかめ ツナ ぎゅうにゅう	こめ あぶら こむぎこ バター さとう ごまあぶら ごま	にんじん たまねぎ セロリ にんにく しめじ えのきたけ きくらげ もやし キャベツ
19木	こくさんこむぎ パン	牛乳	ポテトグラタン やさいスープ あまなつみかんヨーグルト		とりにく ぎゅうにゅう チーズ ハム けずりぶし ヨーグルト	パン じゃがいも あぶら こむぎこ バター	たまねぎ グリンピース はくさい えのき くだもの みかん
20金	はちおうじさん 八王子産ながねぎ チャーハン	牛乳	ぼうぎょうざ もやしスープ くだもの		ハム ツナ ぶたにく とりにく けずりぶし ぎゅうにゅう	こめ むぎ あぶら はるさめ でんぶん ごまあぶら ぎょうざのかわ ごま	ながねぎ にんじん しょうが にら はくさい にんにく もやし しいたけ くだもの
24火	こんさいピラフ <small>おわかれ給食</small>	牛乳	さけのオーロラソースやき じゃがいものポタージュ だいこんごまサラダ		とりにく さけ ハム ぎゅうにゅう なまクリーム ツナ	こめ オリーブ油 あぶら マヨネーズ さとう じゃがいも バター ごま	ごぼう れんこん にんじん たまねぎ にんにく だいこん きゅうり りんごジュース
25水	ファンモン★ エッグカレー	牛乳	ベイビーズたいようサラダ くわのみやこクラフティ		とりにく うずらたまご たまご ぎゅうにゅう なまクリーム	こめ じゃがいも あぶら こむぎこ バター さとう コーンスター	たまねぎ にんじん にんにく しょうが キャベツ ブロッコリー コーン おうとう
26木	ごはん	牛乳	あつやきたまご キャベツのごまじゃこあえ はちおうじさんまいのかすじる		たまご ぶたにく じゃこ あぶらあげ みそ にぼし ぎゅうにゅう	こめ あぶら さとう ごま こんにゃく	たまねぎ にら しいたけ キャベツ にんじん ごぼう だいこん こまつな ながねぎ
27金	かてめし <small>そよごせん 桑都御膳</small>	牛乳	しろみざかなのそうとやき ピリリづけ きぬのおすいもの		とりにく あぶらあげ ちくわ ほき みそ とうふ けずりぶし ぎゅうにゅう	こめ こんにゃく あぶら さとう ごま マヨネーズ ごまあぶら しらたまこ そうめん	にんじん しめじ だいこん キャベツ えのき みつば

献立は食材などの都合で変更することがあります。ご了承ください。

くだもの種類は献立表には載せていませんが、季節のくだものなどを随時使用します。

ふとじ
*太字になっているやさいは、八王子産を使用する予定です。