

2015年

2月こんだてよていひょう



八王子市立山田小学校

献立は都合により変更する場合があります。ご了承ください。

(給食回数 19回)

日	曜日	主食	牛乳	おかず	ねつやかになる(黄)	ちやにくになる(赤)	からだのちょうしをととのえる(緑)	エネルギーたんぱく質
2	月	チンジャオロースどん 		はるさめスープ こくとうナッツ	こめ むぎ あぶら ごまあぶら はるさめ アーモンド くるざとう	ぶたにく ぎゅうにゅう	ピーマン たまねぎ たけのこ もやし にんじん しいたけ ねぎ	689 21.7
3	火	せつぶんごはん 		いわしのにしょくあげ なまあげのみそいため もやしナムル	こめ もちこめ こむぎこ あぶら さとう ごまあぶら	だいず いわし たまご あおのり なまあげ ぶたにく みそ ぎゅうにゅう	にんじん チンゲンサイ たけのこ きくらげ さやえんどう もやし	744 34.5
4	水	2年3組 3年1組 5年2組 5年3組 リクエスト 		ぶたのかくに ペイクドジャがバター くだもの(ぼんかん)	むしちゅうかめん ごまあぶら かわつきポテト バター さとう	ほたて ぶたにく ぎゅうにゅう	にんじん もやし たけのこ コーン ほうれんそう ねぎ	598 21.3
5	木	ゆかりごはん 		あつやきたまご みぞれじる きんぴらごぼう	こめ あぶら こんにゃく ごま	たまご とりにく とうふ わかめ ぎゅうにゅう	ゆかり たまねぎ しいたけ だいこん にんじん ねぎ ほうれんそう ごぼう いんげん	611 22.9
6	金	ごまごはん 		さばのマーマレードやき ミックスソテー わかめスープ	こめ ごま あぶら マーマレード じゃがいも バター	さば ベーコン わかめ ぎゅうにゅう	ねぎ にんじん いんげん たけのこ コーン	643 21.1
9	月	ごはん 		2年2組リクエスト いしかりじる キャベツのじゃこいため	こめ あぶら じゃがいも ごまあぶら	とりにく さけ とうふ みそ ちりめんじゃこ 牛乳	はくさい にんじん ねぎ ごぼう キャベツ もやし	577 27.0
10	火	パン 		とうふハンバーグえのきソース ジャーマンポテト 1年1組・5年2組リクエスト	パン バター あぶら じゃがいも ABCマカロニ	とうふ ぶたにく たまご ベーコン ぎゅうにゅう	たまねぎ えのきたけ いんげん キャベツ しめじ	651 26.8
12	木	ごはん 		いかのみそやき ちゅうかいため きんときまめのあまに	こめ ごま あぶら ピーファン ごまあぶら さとう	のり いか みそ ぶたにく くきわかめ きんときまめ ぎゅうにゅう	キャベツ きくらげ たけのこ にんじん もやし	635 26.7
13	金	やさしいリゾット 		ぶたしゃぶサラダ チョコチップケーキ	こめ あぶら ごま ごまあぶら こむぎこ アーモンド バター さとう チョコチップ	ほたて えび ベーコン ぶたにく たまご ぎゅうにゅう	たまねぎ にんじん セロリ コーン フロccoli ホールトマト もやし キャベツ	624 24.2
16	月	6年2組 6年3組 リクエスト 		しろいんげんまめのクリームに おんやさいのチキンソース	パン さとう じゃがいも あぶら こむぎこ バター ごまあぶら ごま	とりにく しろいんげんまめ ぎゅうにゅう なまクリーム ショア	にんじん たまねぎ しめじ はくさい グリーンピース キャベツ コーン もやし	601 21.6
17	火	そぼろごはん 		みそしる ラーサイ くだもの(いよかん1/4)	こめ あぶら ごま じゃがいも ごまあぶら	とりにく だいず わかめ とうふ みそ ぎゅうにゅう	いんげん かぶ ねぎ えのきたけ だいこん キャベツ にんじん	609 27.6
18	水	1-1 1-2 1-3 2-1 2-2 3-1 3-2 5-1 リクエスト 		きのこスープ くだもの(キヨミ1/4)	スパゲティ オリーブオイル あぶら	ぶたにく チーズ とうふ ぎゅうにゅう	たまねぎ にんじん セロリ トマト えのきたけ しいたけ きくらげ	659 26.8
19	木	むぎごはん 		さけのてりやき さつまじる・にびたし くだもの(ぼんかん)	こめ むぎ あぶら さつまいも	さけ あぶらあげ とうふ かつおぶし ぎゅうにゅう	だいこん にんじん ねぎ ほうれんそう もやし	645 25.9
20	金	とりごぼうごはん 		まめあじのかおりあげ たらじる くだもの(スイートスプリング1/4)	こめ あぶら ごまあぶら	とりにく あぶらあげ あじ たら ぎゅうにゅう	ごぼう にんじん しいたけ いんげん だいこん はくさい ねぎ	690 29.2
23	月	にんじんごはん 		ちくわのしょうがやき こんさいじる くきわかめのいために	こめ ごま あぶら さといも ごまあぶら	あぶらあげ ちくわ ちりめんじゃこ とりにく くきわかめ ぎゅうにゅう	にんじん しいたけ ごぼう れんこん だいこん こまつな ねぎ	580 23.0
24	火	こくごごはん 		とうふのまさごやき かんこくふうにくじゃが	こめ むぎ あわ きび もちこめ ごま あぶら ごまあぶら じゃがいも こんにゃく	とうふ えび とりにく ちりめんじゃこ たまご ぶたにく ぎゅうにゅう	たまねぎ にんじん ねぎ いんげん	666 26.2
25	水	さんまのかばやきどん 		もずくのみそしる じゃこだいこん	こめ むぎ あぶら じゃがいも ごまあぶら	さんま もずく とうふ みそ ちりめんじゃこ ぎゅうにゅう	たまねぎ にんじん ねぎ いんげん だいこん	692 23.8
26	木	いそごはん 		すきやきふうのもの なんばんキャベツ	こめ ごま じゃがいも あぶら ごまあぶら	わかめ ちりめんじゃこ とうふ ぶたにく ぎゅうにゅう	にんじん はくさい ねぎ キャベツ だいこん	617 23.3
27	金	4年1組 リクエスト 		4年1組リクエスト パリパリポテトサラダ くだもの(はるみ1/4)	パン あぶら こむぎこ バター じゃがいも	だいず ぶたにく ぎゅうにゅう	にんじん たまねぎ キャベツ コーン	560 20.2

3日：節分こんだてです。「節分」は、もともと季節の分かれ目の意味で、立春、立夏、立秋、立冬の前日をさす言葉でした。なかでも旧暦で大晦日にあたる2月の節分は、特に大切な節目だったので、今に残っています。豆をまき終わったら、自分の歳の数に一つ加えた数の豆を食べれば健康に過ごせるという言い伝えは、新年にやってくる「年神様」が一つ歳をくれるという縁起をかついだものです。家族みんなの健康を願って、この伝統行事を伝えていきましょう。

13日：バレンタイン献立です。14日はバレンタインデーです。14日は土曜日なので、一日早くチョコチップケーキを作ります。

26日：縦割り交流給食です。昨年教室を移動してから給食を配膳しています。見本は3・4年生の分量を置くので、1・2年生は少なめに、5・6年生は多めによそってください。

給食費について：2月の給食費の振替は2月16日です。前日までに残高のご確認をお願い致します。今年度、最後の振替となります。ご協力、ありがとうございました。