

令和5年 2月 給食献立表

鬼は外、福は内 -2月3日は節分です-

節分の豆まきは、季節の変わり目に起きやすい体調不良(邪気=鬼)を払い、福を呼び込むために行います。そして、鬼をやっつけるために使われるのが、大きな豆=「大豆」です。ちなみに大豆は、生でまくと芽が出て緑色が悪いとされているため、必ず煎った豆を使います。



日	曜日	献立名	3時のおやつ	鬼の仲居 (餅や力になるもの)	赤の仲居 (血や肉になるもの)	福の仲居 (体の調子を整えるもの)	献立名	鬼の仲居 (餅や力になるもの)	赤の仲居 (血や肉になるもの)	福の仲居 (体の調子を整えるもの)
1	水	豚肉の生姜焼き ほうれん草とひじきの和え みそ汁 ★ご飯	お茶 ご飯お焼き	米 油 三温糖 ごま油	豚肉 チーズ 干ひじき ハム 卵 厚揚げ みそ いりこ かつお節	玉葱 人参 しらたけ おぎ ほうれん草 キヤベツ	けんちんうどん ごまマヨサラダ ★ご飯	うどん 卵 じゃがいも 米 マヨネーズ	豚肉 竹輪	大根 人参 干椎茸 小松菜 キヤベツ
2	木	じゃがいもそばろ煮 おかか和え 果物 ★ご飯	牛乳 しらすーと	米 じゃがいも 油 三温糖 食パン マヨネーズ	豚肉 かつお節 牛乳 しらすーと チーズ あおのり	玉葱 人参 さやいんげん はくさい ほうれん草 りんご	豆腐とツナの小判焼き せん切り野菜 春雨スープ ★ご飯	豚 コーン缶 油 砂糖 パン粉 香辛料	ベーコン しらす 豆腐 スキムミルク	小松菜 人参 玉葱 大根 キヤベツ きくらげ 白菜
3	金	※節分※ 魚のかば焼き 昆布豆 けんちん汁 ★ご飯	お茶 卵ポロ一口	米 小麦粉 油 三温糖 こんにやく 卵ポロ一口	さわら 大豆 こんぶ 鶏肉 油揚げ 豆腐 いりこ	人参 ごぼう こまつな	八宝菜 切干大根の酢の物 ★ご飯	米 油 砂糖 ごま油 だんご	豚肉 いか えび	白菜 もやし 玉葱 干椎茸 人参 こんにやく 大根 きゅうり
4	土	チャンボン 南瓜そばろ煮 ★ご飯	牛乳 チーズ バナナ	中華めん 油 三温糖 米	豚肉 いか さつま揚げ 牛乳 鶏肉 チーズ	キヤベツ 玉葱 もやし 人参 きくらげ かぼちゃ グリーンピース パイナップル	オムレツ キヤベツと人参のサラダ みそ汁 ★ご飯	米 油	豚 若布 油揚げ みそ	サラダ菜 しめじ 人参 玉葱 キヤベツ きゅうり
6	月	カレー ヨーグルトサラダ 果物 ★ご飯	お茶 黒糖蒸しパン	米 じゃがいも 油 小麦粉 バター はちみつ マヨネーズ 黒砂糖	牛肉 牛乳 ハム ヨーグルト	玉葱 人参 グリンピース りんご こんにやく ブロッコリー キヤベツ トールレーズン	厚揚げの中華煮 おかか和え ★ご飯	米 こんにやく 砂糖 油 ごま油	厚揚げ 豚肉 かつお節	人参 玉葱 白菜
7	火	ぎせい豆腐 五目汁 果物 ★ご飯	牛乳 ツナサンド	米 三温糖 さといも 食パン バター マヨネーズ	豆腐 鶏肉 干ひじき 卵 みそ 油揚げ いりこ 牛乳 ツナ缶	玉葱 人参 干椎茸 グリーンピース だいこん ねぎ りんご きゅうり	鶏肉の香味焼き ツナ和え かき玉汁 ★ご飯	米 ごま油 片栗粉	鶏肉 みそ ツナ缶 豚 若布 かまぼこ	こんにやく 大根 人参 丸のき 干椎茸
8	水	魚の磯辺揚げ ひじき五目煮 かぶのみそ汁 ★ご飯	牛乳 りんごケーキ	米 小麦粉 油 三温糖 上白糖	いらち あおのり 干ひじき 大豆 油揚げ わかめ みそ いりこ 牛乳 卵	人参 さやいんげん かぶ こまつな りんご	スパゲティミートソース 若布スープ ★ご飯	スパゲティ 肉 小松菜	牛肉 豚肉 若布	人参 玉葱 ビーマン もやし しめじ
9	木	すきやき 大根と人参の酢の物 果物 ★ご飯	牛乳 ジャムサンド クラッカー	米 たらこ 油 三温糖 クラッカー いちごジャム	牛肉 豆腐 しらす 干し 牛乳	はくさい ねぎ 人参 生しいたけ だいこん 蜜柑	雑菜 すまし汁 ★ご飯	米 油 香辛料 砂糖	豚肉 卵 はんぺん	もやし ほうれん草 人参 干椎茸 しめじ 小松菜
10	金	チキンピーズ ごぼうサラダ 果物 ★ご飯	お茶 スキムわらびもち	米 じゃがいも とうもろこし 食 パン マヨネーズ せんなん 三温糖 黒砂糖	鶏肉 大豆 かつお節 ツナ缶 スキムミルク きな粉	玉葱 人参 ごぼう ネーブル	豚肉の生姜焼き ほうれん草とひじきのサラダ 野菜スープ ★ご飯	米 油 砂糖 マヨネーズ じゃが芋	豚肉 チーズ ひじき ハム	玉葱 玉葱 ほうれん草 人参
13	月	竹輪のカレー風味揚げ 大根と水菜のサラダ 果物 ★ご飯	牛乳 人参蒸しパン	米 小麦粉 だんご 油 ごま 三温糖 ごま油	竹輪 牛乳 スキムミルク 卵	だいこん みずな 蜜柑 人参 レーズン	魚のマヨネーズ焼き れんこんきんぴら 豆乳スープ ★ご飯	米 マヨネーズ 油 砂糖 ごま	さわら ベーコン 豆腐	玉葱 椎茸 パセリ しめじ れんこん 人参 白菜
14	火	厚揚げと小松菜の炒め煮 キヤベツとしらすの酢の物 あすか汁 ★ご飯	牛乳 バナナケーキ	米 油 三温糖 じゃがいも 小麦粉 バター	厚揚げ 豚肉 しらす 干し わかめ 鶏肉 みそ いりこ スキムミルク 牛乳 卵	こまつな 人参 しめじ 玉葱 キヤベツ ランチン 大根 パイナップル	シチュー 法蓮草とひじきのサラダ ★ご飯	じゃがいも コーン缶 油 砂糖 小麦粉 バター 米 ごま油	鶏肉 スキムミルク チーズ 干ひじき	玉葱 人参 ブロッコリー ほうれん草
15	水	雑菜 すまし汁 果物 ★ご飯	牛乳 豆乳クレープ	米 油 香辛料 三温糖 小麦粉 バター いちごジャム	豚肉 卵 はんぺん こんぶ かつお節 牛乳 豆乳	もやし ほうれん草 人参 干し椎茸 生しいたけ	肉うどん 昆布豆 ★ご飯	うどん 卵 砂糖 米	牛肉 大豆 昆布	玉葱 人参 ねぎ
16	木	オムレツ もやしと小松菜のソテー クラムチャウダー ★ご飯	お茶 フルーツヨーグルト	米 油 とうもろこし 食 パン じゃがいも	豚 ベーコン あさり 豆腐 鶏肉 豆乳 牛乳 生クリーム ヨーグルト	サラダ菜 しめじ 人参 玉葱 もやし こまつな パセリ パイナップル もやし 蜜柑	ポークピーズ ごぼうサラダ ★ご飯	米 じゃがいも 油 砂糖 コーン缶 マヨネーズ ごま油	大豆 豚肉 かつお節 まくらんぼ	人参 玉葱 パセリ ごぼう
17	金	魚のケチャップ煮 磯和え たまごスープ ★ご飯	牛乳 スイートポテト	米 三温糖 ごま だんご さつまいも バター	さば のり わかめ いりこ 牛乳 生クリーム	しょうが ほうれん草 もやし えのきたけ	キーマカレー ヨーグルトサラダ ★ご飯	米 じゃが芋 油 小麦粉 バター はちみつ マヨネーズ	牛肉 豚肉 ハム 牛乳 ヨーグルト	玉葱 人参 ビーマン こんにやく ブロッコリー キヤベツ りんご
18	土	スパゲティミートソース きのこスープ ★ご飯	牛乳 丸ぼうろ	スパゲティ 油 小麦粉 米 丸ぼうろ	牛肉 豚肉 チーズ ベーコン 牛乳	人参 玉葱 ビーマン えのきたけ しめじ 生しいたけ	うま煮 みそ汁 ★ご飯	米 じゃが芋 こんにやく 油	豚肉 竹輪 昆布 油揚げ みそ	人参 玉葱 干椎茸 大根 グリーンピース キヤベツ きゅうり
20	月	※誕生会※ 小松菜チャーハン 豆腐とツナの小判焼き せん切り野菜 春雨スープ	牛乳 クリームケーキ	米 とうもろこし 食 油 パン 砂糖 香辛料 小麦粉 三温糖	ベーコン しらす 干し 豆腐 ツナ缶 生クリーム スキムミルク 卵 いりこ 牛乳	こまつな 人参 玉葱 だいこん キヤベツ きくらげ はくさい いちご	すきやき 大根と人参の酢の物 ★ご飯	米 たらこ 油 砂糖	牛肉 豆腐 しらす	白菜 ねぎ 人参 干椎茸 大根
21	火	チリコンカン わかめサラダ 果物 ★ご飯	牛乳 コーンパンケーキ	米 油 ごま 三温糖 小麦粉 とうもろこし 食パン はちみつ	いんげんまめ 豚肉 わかめ 牛乳 卵	玉葱 人参 しめじ トマト キヤベツ きゅうり りんご	竹輪のカレー風味揚げ 大根と水菜のサラダ ★ご飯	米 小麦粉 片栗粉 油 砂糖 ごま油 ごま	竹輪	大根 水菜
22	水	魚のピカタ 小松菜のサラダ 豚汁 ★ご飯	お茶 ポップコーン	米 小麦粉 油 マヨネーズ ごま さといも こんにやく ポップコーン	たら 卵 ハム 豚肉 豆腐 かつお節 みそ	パセリ こまつな もやし 人参 ごぼう だいこん ねぎ	チャンボン 南瓜そばろ煮 ★ご飯	中華糖 油 砂糖 米	豚肉 いか さつま揚げ 鶏肉	キヤベツ 玉葱 もやし 人参 きくらげ 南瓜
24	金	みそおでん ツナとわかめの和え物 果物 ★ご飯	牛乳 きなこトースト	米 こんにやく さといも 油 三温糖 食パン バター	鶏肉 厚揚げ 卵 竹輪 みそ わかめ ツナ缶 牛乳 きな粉	人参 だいこん はくさい 蜜柑	厚焼き卵 ひじきいため煮 五目みそ汁 ★ご飯	米 油 砂糖 里芋 こんにやく	豚 スキムミルク ツナ缶 ひじき 油揚げ 豚肉 豆腐 いりこ みそ	ねぎ 人参 さやいんげん ごぼう だいこん
25	土	肉うどん ごまマヨネーズ和え ★ご飯	牛乳 クラッカー バナナ	うどん 三温糖 ごま マヨネーズ クラッカー	牛肉 いりこ 竹輪 牛乳	玉葱 人参 蜜柑 ねぎ キヤベツ きゅうり パイナップル	麻婆豆腐 拌三条 ★ご飯	米 砂糖 ごま油 片栗粉 香辛料 油	豆腐 豚肉 みそ かに かまぼこ	玉葱 干椎茸 たら 人参 生巻 きゅうり
27	月	鶏肉の香味焼き コールスロー ミネストローネ ★ご飯	牛乳 アップルパイ	米 ごま油 マカロニ マヨネーズ とうもろこし 食パン 三温糖 じゃがいも ぎょうざの皮	豚肉 みそ ヨーグルト ベーコン 牛乳	こんにやく キヤベツ きゅうり 人参 玉葱 セロリ パセリ りんご グリーンズ	肉じゃが みそ汁 ★ご飯	米 じゃがいも しらす 油 砂糖 ごま 昆布	牛肉	玉葱 人参 さやいんげん 大根 干椎茸 えのきたけ 小松菜
28	火	豆乳シチュー 温野菜サラダ 果物 ★ご飯	牛乳 ピザトースト	米 じゃがいも とうもろこし 食 パン 小麦粉 油 三温糖 食パン	豚肉 豆乳 牛乳 ベーコン チーズ	玉葱 人参 グリンピース かぶ ラウチー ブロッコリー ネーブル ビーマン	魚のカレームニエル 磯和え みそ汁 ★ご飯	米 小麦粉 油 バター ごま	メルルサー 焼きのり 豆腐 みそ	ほうれん草 もやし えのきたけ ねぎ

※入荷の都合により献立及び材料の一部を変更することがあります。