



日	曜日	パン ごはん	ふりかけ など	のみ もの	おおきいおかず	ちいさいおかず		くだもの デザート	ひとこと
1	金	ごはん		ぎゅうにゅう 	ぶたじる	にぎかな	あげだいず		2月3日 は節分
4	月	はいが ごはん	なっとう 【たれ】	ぎゅうにゅう 	なまあげとだいこん のもの	ごまじょうゆあえ			伝統食 なっとう
5	火	バター ブレッド		ぎゅうにゅう 	カレービーンズ シチュー	ごぼうソテー		ミックス フルーツ	だいずの えいよう
6	水	はいが ごはん		ぎゅうにゅう 	ごじる	ひじきごはん のぐ	メヒカリフライ ※重さで配食		メヒカリ名 前の由来は
7	木	むぎ ごはん		ぎゅうにゅう 	すましじる	にしよくぞぼろ 【にく】【たまご】		アイス デザート	豆乳 アイス
8	金	しよく パン		ぎゅうにゅう 	わふうポトフ	ツナのカレーいため		ぽん かん	旬の食品 ほんかん
12	火	ソフト フランス		ぎゅうにゅう 	ミネストローネ	サーモンフライ 【ソース】	じゃがいもの ソテー		いんげん 豆の栄養
13	水	ひじき ごはん		ぎゅうにゅう 	おでん	にびたし			自校炊飯
14	木	はいが ごはん	てまき のり	ぎゅうにゅう 	さわにわん	ツナそぼろ		しらたま ぜんざい	小豆の 栄養
15	金	ロール パン		ぎゅうにゅう 	とうにゅうチャンポン	あげぎょうぎ (低2個、中高3個)		せとか	旬の食品 せとか
18	月	むぎ ごはん		ぎゅうにゅう 	くきわかめスープ	とうふのちゅうかに		湘南ゴー ルドゼリー	中高学年 ごはん多め
19	火	ツイスト ロールパン	チーズ	ぎゅうにゅう 	ヌードルスープ	ハンバーグ トマトソース	ポイルド キャベツ		ハンバーグ はレバー入り
20	水	ごはん		ぎゅうにゅう 	ちゅうかスープ	さかなの チリソースあえ	ゆでやさい		魚は めかじき
21	木	むぎ ごはん		ぎゅうにゅう 	せんべいじる	おやこどんのぐ		黒みつか ん【きなこ】	青森県の 郷土料理
22	金	ちゃめし		ぎゅうにゅう 	きつねうどん 【あぶらあげ】	そぼろに			大豆製品 を探そう
25	月	はいが ごはん		プルーン はっこう乳	シーフードカレー	ごまずあえ			中高学年 ごはん多め
26	火	ごはん		ぎゅうにゅう 	ワンタンスープ	はくさいのちゅうかいため		しら ぬひ	旬の食品 しらぬひ
27	水	ココア ブレッド		ぎゅうにゅう 	こめこシチュー	ホットマリネ		はるみ	旬の食品 はるみ
28	木	むぎ ごはん		ぎゅうにゅう 	さつまじる	あなごのてんぷら (1人1枚)	キャベツのしお こんぶいため		柴 漁 港 のあなご

☆ 給食目標: <sup>きゅうしよくもくひょう</sup> 給食目標: <sup>さむ</sup> 寒さに負けない <sup>しよくじ</sup> 食事をしましょう。

こんげつ <sup>な</sup> 今月のはま菜ちゃん <sup>こまつな</sup> こまつな



27日(火)は  
6年生バイキング給食♪

