

れいわ4ねん 2がつのこんだて



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	火	ごはん		ぎゅうにゅう 	ちゅうかスープ	あじのピリから ソース	ゆでやさい		低学年 ごはん多め
2	水	くろ パン		ぎゅうにゅう 	さけの クリームシチュー	ごぼうソテー		りんご	ごぼうで 食物繊維
3	木	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	金	ちゃめし		ぎゅうにゅう 	きつねうどん 【あぶらあげ】	そばろに			自校炊飯
7	月	むぎ ごはん	のりの つくだに	ぎゅうにゅう 	おでん	にびたし			全学年 ごはん多め
8	火	ごはん		ぎゅうにゅう 	ワントンスープ	はくさいのちゅうかいため		アイス デザート	手作り ワンタン
9	水	ロール パン		ぎゅうにゅう 	チャンポン	あげぎょうざ (低 2個、中・高 3個)			長崎県 チャンポン
10	木	はいが ごはん		プルーン はっこう乳	ポークカレー	ごまずあえ			全学年 ごはん多め
14	月	むぎ 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 (重さでくばる)		旬の食品 メヒカリ
15	火	はいが ごはん		ぎゅうにゅう 	マーボー豆腐	ちゅうかあえ		オレンジ ゼリー	全学年 ごはん多め
16	水	はいが ごはん		ぎゅうにゅう 	みそしる	おやこどんのぐ		黒みつか ん【きなこ】	手作り 黒みつかん
17	木	はいが パン		ぎゅうにゅう 	カレービーンズ シチュー	やさいソテー		ミックス フルーツ	大豆の 栄養
18	金	はいが ごはん		ぎゅうにゅう 	のっぺいじる	ツナそばろ	しらたま ぜんざい		ぜんざい は栗入り
21	月	むぎ ごはん	やきのり	ぎゅうにゅう 	けんちんじる	さばのみぞれあんかけ (1人2枚)			さばは 県内産
22	火	チーズ パン		ぎゅうにゅう 	ミネストローネ	さかなのカレーあげ (重さでくばる)		しら ぬひ	旬の食品 しらぬひ
24	木	ごはん		ぎゅうにゅう 	はまなちゃんの にくだんごスープ	ぶたにくとやさいのしょうがいため			肉だんごは ごま入り
25	金	しよく パン		ぎゅうにゅう 	やさいのスープに	イタリアンペースト		いよ かん	旬の食品 いよかん
28	月	むぎ ごはん	なっとう 【たれ】	ぎゅうにゅう 	なまあげとだいこん のにももの	ごまじょうゆあえ			低学年 ごはん多め

☆給食目標: 自分の体にあつた食事の量を知ろう。

こんげつ 今月のはま菜ちゃん



こまつな・ほうれん草・さといも・ねぎ



★6年生分散型バイキング給食★

24日(木)・25日(金)・28日(月)

