

2月予定献立表

日	曜日	主食 牛乳	副食	
3	月	ごはん 牛乳	いわしのみぞれ煮 団子汁 きやべつともやしのあえもの せつぶんまめ節分豆 	
4	火	ごはん 牛乳	ふくらぎの立田揚げ みそけんちん汁 まりぼしだいこんいたに切干大根の炒め煮	
5	水	1/2コッペパン 牛乳	照り焼きチキン ソフト麺のクリームソースかけ はくさい白菜とパインのサラダ	
6	木	ごはん 牛乳	ししゃものフリッター いかと里芋の煮物 こまつな小松菜のコーンあえ きょうどしよくこんだて郷土食献立	
7	金	食パン 牛乳	豚肉と大豆のケチャップあえ もずくのスープ さんしよく三色ひたし とうにゅう豆乳プリン じばさんひんこんだて地場産品献立	
10	月	ごはん 牛乳	大豆と高野豆腐の揚げがらめ 大根と揚げのみそ汁 そくせき即席づけ	
11	火	建国記念の日		
12	水	ごはん 牛乳	鶏のから揚げ 鳳鳴風 古城公園の四季彩煮 たかおかやさいしょうじん高岡野菜の精進あえ にほんいさんひこんだて日本遺産の日献立 	
13	木	減量ごはん 牛乳	さわらのねぎみそかけ わかめうどん あおな青菜のひたし	
14	金	米粉入りパン 牛乳	魚のマリネ ワンタンスープ さかな魚のマリネ ジャーマンポテト	
17	月	ごはん 牛乳	高岡流お好み焼き「ととまる」 すき焼き煮 たかおかりゅうこのやか高岡流お好み焼き「ととまる」 かぶの色とり ぶどうゼリー	
18	火	高岡野菜のマーボー丼 牛乳	肉シューマイ もやしのナムル しよくいくどんこんだてたかおか食19丼献立	
19	水	食パン 牛乳	高岡元気コロッケ 卵とコーンのスープ たかおかげんき高岡元気コロッケ ビーフンソテー	
20	木	ごはん 牛乳	豚肉としらたきのピリ辛炒め 高岡野菜のあったか汁 ぶたにくとしらたきからいため しそあえ たかおかやさい高岡野菜のあったか汁	
21	金	コッペパン 牛乳	カップエッグ ミネストローネ フルーツあえ ヨーグルト	
24	月	振替休日		
25	火	ごはん 牛乳	揚げ出し豆腐のごまだれ 大漁チゲ鍋 しょうが生姜あえ	
26	水	麦ごはん 牛乳	オムレツ チキンカレー ひじきサラダ メロンゼリー	
27	木	ごはん 牛乳	鯖の塩焼き 大根のそぼろ煮 さばしおや鯖の塩焼き ほうれん草のごまみそ	
28	金	コッペパン 牛乳	里芋ハンバーグ わかめスープ ブロッコリーサラダ ねんせいそつぎょう6年生卒業ランチ 	

※都合により献立を変更することがあります。

2月の平均栄養摂取量

エネルギー: 617kcal たんぱく質: 24.8g 脂質: 20.6g

参考: 栄養基準量は中学年の基準量(エネルギー: 650kcal たんぱく質: 21~33g 脂質: 14~22g)

