

2月予定献立表



日	曜日	主食 牛乳	副食	
2	月	ごはん 牛乳	たかおかりゅう この や 高岡流お好み焼き「とまる」 だいこん しる 大根のみぞ汁	
3	火	ごはん 牛乳	いわしの梅煮 だんご い しる 団子入りごまみそ汁	
4	水	1/2コッペパン 牛乳	たかおかげんき 高岡元気コロッケ めん ふう ソフト麺のラーメン風	
5	木	ごはん 牛乳	ふくらぎのたれかけ いかと里芋の煮物	
6	金	食パン 牛乳	ぶたにく だいす 豚肉と大豆のケチャップあえ はくさい 白菜スープ	
9	月	ごはん 牛乳	ぶたにく 豚肉のジャンロー たかおかやさい 高岡野菜のあったか汁	
10	火	ごはん 牛乳	ちくわ たかおかどうきふうあ 竹輪の高岡銅器風揚げ かなやまち いだたみに 金屋町の石畳煮	
11	水	建国記念の日		
12	木	ごはん 牛乳	あげだし どうふ 揚げ出し豆腐のごまだれ たいりょう なべ 大漁チゲ鍋	
13	金	コッペパン 牛乳	さわらのマリネ ワンタンスープ	
16	月	むぎ 麦ごはん 牛乳	オムレツ ポークカレー	
17	火	げんりょう 減量ごはん 牛乳	あかうお たつたあ 赤魚の立田揚げ ごもく 五目うどん	
18	水	こめこい 米粉入りパン 牛乳	カップエッグ ミネストローネ	
19	木	たかおかやさい 高岡野菜のマーボー丼 牛乳	にく 肉シユーマイ もやしのナムル	
20	金	ごはん 牛乳	さば しおや 鯖の塩焼き みそけんちん汁	
23	月	天皇誕生日		
24	火	ごはん 牛乳	ししやものフリッター すき焼き煮	
25	水	コッペパン 牛乳	ガーリックチキン たまご 卵とコーンのスープ	
26	木	ごはん 牛乳	さといも 里芋ハンバーグ もずくスープ	
27	金	コッペパン 牛乳	あらびきウインナー ビーンズチャウダー	

2月の平均栄養摂取量
エネルギー: 648kcal たんぱく質: 26.4g 脂質: 21.7g
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)



※都合により献立を変更することがあります。