




2・3月献立だより



アレルギー表記(卵・乳製品・甲殻類・落花生・ソバ)
 牛乳：牛乳
 乳：ヨーグルト、チーズ、バターなどの乳加工品
 卵：鶏卵、うずらの卵などの食鳥類の卵
 甲殻類は、「エビ」「ホタテ」「カニ」「イカ」を表記します。

熱量(kcal)／塩分(g)表示

	2月17日(月)	2月18日(火)	2月19日(水)学年末テスト	2月20日(木)学年末テスト	2月21日(金)学年末テスト
朝食		ご飯 みそ汁(牛蒡・厚揚げ) ポイルウィンナー・牛蒡サラダ 牛乳・味付けのり <input type="checkbox"/> 卵	ご飯 みそ汁(里芋・玉葱) あぶらカレイの味噌煮 <input type="checkbox"/> 卵 青菜のおかかマヨネーズ和 <input type="checkbox"/> 乳類 牛乳・のり佃煮	チョコクッキーコッペパン <input type="checkbox"/> 卵 ハンバーグ茸グラタンパン <input type="checkbox"/> 卵 キャベツのスープ・牛乳 <input type="checkbox"/> 乳類	ご飯 みそ汁(厚揚げ・白菜) サバの一夜干し・小松菜のソース炒め 飲むヨーグルト・ふりかけ(かつお)
		753Kcal/3.0g <input type="checkbox"/> 牛乳	690Kcal/3.0g <input type="checkbox"/> 牛乳	769Kcal/3.7g <input type="checkbox"/> 牛乳	713Kcal/2.6g <input type="checkbox"/> 卵 <input type="checkbox"/> 乳類
昼食	牛丼 蒟蒻の味噌がけ みそ汁(ほうれん草・豆腐) ソフール(レモン)	ご飯 もやしと春雨の中華スープ 味噌カツ 粉吹き芋	ご飯 すり身汁 さんま竜田揚げ さつま芋天ぷら	ご飯 そぼろ汁 イカカリン揚げ <input type="checkbox"/> 卵 たらもサラダ <input type="checkbox"/> 卵	<簡易給食> ワカメおにぎり リンゴジュース
	740Kcal/2.9g <input type="checkbox"/> 乳類	793Kcal/2.3g <input type="checkbox"/> 卵	777Kcal/2.6g <input type="checkbox"/> 卵	740Kcal/3.0g <input type="checkbox"/> 魚卵	610Kcal/1.5g
夕食	ご飯 キャベツとハムのチーズシチュー サバのカレー醤油焼き マカロニソテー <input type="checkbox"/> 乳類	ご飯 みそ汁(キャベツ・厚揚げ) サケのピザ焼き 蒟蒻と牛肉の甘辛煮	ご飯 常夜鍋 卵焼き(ウィンナー・じゃが芋) 味豆 <input type="checkbox"/> 卵	ご飯 鮭のホワイトシチュー 豆腐ハンバーグ 野菜漬 <input type="checkbox"/> 乳類	
	754Kcal/3.3g <input type="checkbox"/> 牛乳	709Kcal/2.7g <input type="checkbox"/> 乳類	736Kcal/2.3g <input type="checkbox"/> 牛乳	705Kcal/2.7g <input type="checkbox"/> 牛乳	
	2月25日(火)学年末テスト	2月26日(水)学年末テスト	2月27日(木)	2月28日(金)卒業式予行	3月1日(土)卒業式
朝食		ご飯 みそ汁(えのき茸・ほうれん草) 肉団子・マカロニサラダ 牛乳・のり佃煮 <input type="checkbox"/> 卵	ジャムパン <input type="checkbox"/> 卵 たつぷり卵パン <input type="checkbox"/> 卵 カブのコンソメスープ・牛乳 <input type="checkbox"/> 乳類	ご飯 みそ汁(なめこ・葱) 赤魚の磯部焼 豚とじゃが芋のコンソメ炒め 牛乳・とろろ昆布 <input type="checkbox"/> 牛乳	ご飯 みそ汁(薄揚げ・キャベツ) 焼鮭・ふりかけ(たらこ) ブロッコリーとじゃが芋マヨ炒め ジョア(プレーン) <input type="checkbox"/> 卵
		754Kcal/3.8g <input type="checkbox"/> 牛乳	786Kcal/2.8g <input type="checkbox"/> 牛乳	722Kcal/2.3g <input type="checkbox"/> 牛乳	675Kcal/2.8g <input type="checkbox"/> 乳類
昼食	ワカメご飯(小盛) スパゲティミートソース ジョア(ブルーベリー)	ご飯 胡麻みそ汁 トンテキ ニラともやしの炒め物	ご飯 ヒスイ汁 鶏のチリソース チーズポテト	ご飯 すき焼き風煮 温泉卵 大学南瓜	朔日弁当(芝寿し) <input type="checkbox"/> 卵 もやしと卵のスープ <input type="checkbox"/> 乳類
	822Kcal/2.6g <input type="checkbox"/> 乳類	787Kcal/3.3g	751Kcal/3.0g <input type="checkbox"/> 乳類	771Kcal/2.5g <input type="checkbox"/> 卵	816Kcal/2.9g <input type="checkbox"/> エビ
夕食	ご飯 ワンタンスープ ブリの照り焼き キャベツと牛肉の炒め物	ご飯 ビーフシチュー サケのみそ焼き 青梗菜の炒め物	ご飯 じゃが芋の韓国風煮 イワシのかば焼き アスパラのケチャップ炒め	ご飯 豚汁 サバのチーズカレーピカタ ほうれん草ともやしのゴマ炒 <input type="checkbox"/> 卵	
	750Kcal/2.3g	749Kcal/2.7g <input type="checkbox"/> 乳類	771Kcal/3.1g <input type="checkbox"/> 卵	742Kcal/2.3g <input type="checkbox"/> 乳類	
	3月4日(火)寮荷物移動	3月5日(水)寮閉鎖			
朝食		ご飯 みそ汁(キャベツ・玉ねぎ) 笹かまぼこ・野菜炒め コーヒー牛乳・ふりかけ(鮭) <input type="checkbox"/> 卵	<div data-bbox="981 1117 1400 1157" data-label="Section-Header"> <h2>1年間の食生活をふり返ろう</h2> </div> <div data-bbox="963 1157 1422 1476" data-label="Image"> </div> <div data-bbox="1444 1125 2105 1396" data-label="List-Group"> <ul style="list-style-type: none"> ○食事の前に手を洗っていましたか？ ○お菓子や菓子パンの食べ過ぎて、食事を残していませんか？ ○食事のマナーを守られていましたか？ ○ご飯とおかずをバランスよく食べられましたか？ </div> <p style="text-align: center; font-size: small;">©少年写真新聞社2021</p>		
		724Kcal/2.1g <input type="checkbox"/> 牛乳			
昼食	コッペパン 塩焼きそば 牛肉ともやしのピリ辛スー <input type="checkbox"/> 卵				
	724Kcal/2.9g <input type="checkbox"/> 乳類				
夕食	ご飯 サワラの漬け焼き キャベツと切干大根のサラダ風 じゃが芋とウィンナーのカレースー <input type="checkbox"/> 牛乳				
	738Kcal/2.5g <input type="checkbox"/> 卵				