

# 2月給食献立表

令和3年/給食回数18回



## 桜谷中学校二部

2月の給食予定

日	月	火	水	木	金	日
	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28						

色の日は給食がありません エネルギー

- 1(月) バターライス&ひよこ豆入りキーマカレー じゃこと水菜のサラダ 果物 牛乳 660Kcal  
 ☆ ☆ 節分メニュー 大豆といわしを使います ☆ ☆
- 2(火) 節分ごはん いわしのかば焼き おかか和え 味噌汁 牛乳 702Kcal
- 3(水) ごはんリクエスト1位 マロニースープ 大豆のかりんとう 牛乳 689Kcal
- 4(木) アーモンドトースト 豆乳コーンクリームシチュー シーザーサラダ ジョア 687Kcal
- 5(金) メキシカンピラフ パステウ 切り干し大根のサラダ 牛乳 667Kcal



- 8(月) スパゲッティシーフードソース(麺リクエスト2位) 人参ドレッシングサラダ チョコチップカップケーキ ジョア 687kcal
- 9(火) わかめごはん 鯖のみそ煮 野菜炒め むらくも汁 牛乳 689Kcal
- 10(水) 韓国風挽肉ごはん チゲスープ フルーツヨーグルト 牛乳 679Kcal
- 12(金) 鶏照り玉丼 変わりきんぴら 田舎汁 牛乳 695Kcal



☆☆ バレンタイン メニュー ☆ ☆

- 15(月) きな粉揚げパン ボルシチ 小松菜のサラダ バレンタインゼリー ジョア 681Kcal
- 16(火) 焼き豚入りカレーチャーハン(ごはんリクエスト2位) 卵焼きの中華あんかけ 汁ビーフン 牛乳 669Kcal
- 17(水) いなりごはん 鮭の香味焼き 大豆と根菜の煮物 みそ汁 牛乳 692Kcal
- 18(木) ガパオライス(ごはんリクエスト2位) ツナとじゃがいものマヨ和え 果物 牛乳 690Kcal  
 ☆ ☆ 受け応援メニュー カツ:勝 昆布:喜ぶ はなまる:合格 いよかん:いー予感 ☆ ☆
- 19(金) チキンかつ丼 昆布和え はなまる汁 果物(いよかん) コーヒーオーレ 708Kcal



- 22(月) 回鍋肉豆腐丼 わかめ卵スープ 果物 牛乳 690kcal
- 24(水) チキンライスのクリームソースがけ イタリアンサラダ 果物 牛乳 695kcal
- 25(木) 帆立ごはん えびしんじょ 揚げ入りおひたし きりたんぼ汁 牛乳 660Kcal
- 26(金) 麺リクエスト1位 ごま和え マーラーカオ 牛乳 688Kcal



2月2日は節分です。節分の豆まきを使う豆は大豆です。大豆には貧血予防の鉄や、たんぱく質、食物繊維、カルシウムやビタミンがたくさん含まれ、牛肉に負けない栄養があるので「畑のお肉」と言われます。大豆の加工品には、豆乳・豆腐・油揚げ・厚揚げ・がんもどき・納豆・味噌・醤油・きな粉・おからなどがあります。リクエストありがとうございました。2学期にいただいたリクエストの上位を今月の献立に入れました。ごはんは2位を2/16(火)・2/18(木)、1位を2/3(水)、めん2位を2/8(月)1位を2/26(金)です。お楽しみに！

※ 材料の仕入れや行事等で、献立が変更になることがあります

