

# 2月 こんだて表



平成31年  
久美浜学園高龍小学校

月	火	水	木	金
<p>ごはん・汁物の食べ方      ~よい食べ方を身につけよう~</p> <div style="display: flex; justify-content: space-around;"> <div style="text-align: center;"> <p>ごはん 茶わんを口に近づけて食べる。</p> </div> <div style="text-align: center;"> <p>汁物 汁わんのへりに、直接口をつけて吸う。</p> </div> </div>				<p><b>節分献立</b>      1</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>①ごはん</li> <li>②いわしのかば焼き</li> <li>③もやしのごまあえ</li> <li>④大根のみそ汁</li> <li>⑤福豆</li> <li>⑥牛乳</li> </ol>
<p>4</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>①ごはん</li> <li>②マーマーレード チキン</li> <li>③ごぼうサラダ</li> <li>④コンソメスープ</li> <li>⑤牛乳</li> </ol>	<p>5</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>①麦ごはん</li> <li>②ドライカレー</li> <li>③大豆サラダ</li> <li>④福神漬け</li> <li>⑤牛乳</li> </ol>	<p>6</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>①大豆ライス</li> <li>②ささみのレモンサラダ</li> <li>③肉団子入りポトフ</li> <li>④牛乳</li> </ol>	<p>7</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>①ごはん</li> <li>②いかと大根の旨煮</li> <li>③白菜のごまあえ</li> <li>④いよかん</li> <li>⑤牛乳</li> </ol>	<p>8</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>①ごはん</li> <li>②味噌かつ</li> <li>③ゆでキャベツ</li> <li>④うどん汁</li> <li>⑤牛乳</li> </ol>
<p>11</p> <p>けんこくきねんひ <b>建国記念の日</b></p>	<p>12</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>①ごはん</li> <li>②さばのみそ煮</li> <li>③卵入りおひたし</li> <li>④けんちん汁</li> <li>⑤牛乳</li> </ol>	<p>13</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>①ごはん</li> <li>②ぎょうざ春巻き</li> <li>③もやしのナムル</li> <li>④中華スープ</li> <li>⑤牛乳</li> </ol>	<p>14</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>①カレーピラフ</li> <li>②じゃがいものしょうゆドレッシング</li> <li>③コーンスープ</li> <li>④ココアケーキ</li> <li>⑤牛乳</li> </ol>	<p>15</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>①ごはん</li> <li>②ささみの甘酢がらめ</li> <li>③切干大根のごまあえ</li> <li>④わかめのみそ汁</li> <li>⑤牛乳</li> </ol>
<p>16(土)</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>①ごはん とくべつさいばいまい (特別栽培米)</li> <li>②高野の卵とじ</li> <li>③ほうれんそうのおひたし</li> <li>④じゃこの天竺炒り</li> <li>⑤牛乳</li> </ol>	<p>19</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>①黒豆ごはん とくべつさいばいまい (特別栽培米)</li> <li>②ちくわとねぎのぬた</li> <li>③豆腐のすまし汁</li> <li>④さつまいもスティック</li> <li>⑤牛乳</li> </ol> <p><b>たんご食の日</b></p>	<p>20</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>①ごはん とくべつさいばいまい (特別栽培米)</li> <li>②冬野菜のマーボー</li> <li>③春雨サラダ</li> <li>④牛乳</li> </ol>	<p>21</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>①ひじきごはん とくべつさいばいまい (特別栽培米)</li> <li>②ちくわの照り煮</li> <li>③即席漬け</li> <li>④たまねぎのみそ汁</li> <li>⑤牛乳</li> </ol>	<p>22</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>①ごはん とくべつさいばいまい (特別栽培米)</li> <li>②いかのから揚げ</li> <li>③こんにやくのきんぴら</li> <li>④さつまいものみそ汁</li> <li>⑤牛乳</li> </ol>
<p>25</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>①減量ごはん</li> <li>②しょうゆラーメン</li> <li>③ちくわとキャベツのサラダ</li> <li>④牛乳</li> </ol>	<p>26</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>①ごはん</li> <li>②鶏肉の香味揚げ</li> <li>③ほうれんそうとりんごのサラダ</li> <li>④キャベツのスープ</li> <li>⑤牛乳</li> </ol>	<p>27</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>①ごはん</li> <li>②魚のみそマヨ焼き</li> <li>③たくあんあえ</li> <li>④麩のすまし汁</li> <li>⑤牛乳</li> </ol>	<p>28</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>①ごはん</li> <li>②いかのアーモンドがらめ</li> <li>③わかめとえのきの炒め煮</li> <li>④沢煮椀</li> <li>⑤牛乳</li> </ol>	