



2月の予定献立表



2月1日(水)	小584 kcal 中721 kcal	2月2日(木)	小633 kcal 中777 kcal	2月3日(金)	小614 kcal 中737 kcal	2月6日(月)	小812 kcal 中653 kcal	2月7日(火)	小631 kcal 中772 kcal
麻婆どんぶり 牛乳 中華春雨スープ フルーツゼリー		いわしのかば焼き丼 牛乳 いものこ汁 大根の即席漬け		きな粉パン 牛乳 野菜とウインナーのスープ じゃがいもの白ごまサラダ		子ぎつね寿司 牛乳 かきたま汁 き야べつのおひたし		ごはん 牛乳 鯖のしょうが煮 けんちん汁	
食材名	分量(g)	食材名	分量(g)	食材名	分量(g)	食材名	分量(g)	食材名	分量(g)
米	80 g	米	80 g	小型パン	1 こ	米	80 g	米	80 g
とうふ	70 g	濃口しょうゆ	2 g	揚げ油	3 g	ちりめんじゃこ	3 g	牛乳	1 本
豚ミンチ	15 g	薄口しょうゆ	2 g	きな粉	5 g	米酢	11 g	生鯖	1 切
牛ミンチ	15 g	酒	2 g	上白糖	5 g	上白糖	7 g	小学校 50g	
にんじん	5 g	いわし	1 尾	塩	0.1 g	塩	0.7 g	中学校 70g	
たまねぎ	20 g	小学校 40g		牛乳	1 本	油揚げ	15 g	さとう	6 g
青ねぎ	5 g	中学校 50g		ポークウインナー	20 g	高野豆腐	3 g	酒	1 g
たけのこ(水煮)	10 g	片栗粉	4 g	にんじん	10 g	にんじん	10 g	土しょうが	1 g
八幡のみそ	2 g	米粉	2 g	たまねぎ	40 g	さとう	2 g	みりん	2 g
ジンジャーパウダー	0.05 g	揚げ油	4 g	キャベツ	30 g	濃口しょうゆ	3 g	濃口しょうゆ	6 g
ガーリックパウダー	0.05 g	濃口しょうゆ	1.5 g	塩	0.5 g	けずりぶし	1 g	水	10 g
トウバンジャン	0.2 g	さとう	1 g	こしょう	0.02 g	水	30 g	鶏肉	10 g
酒	1.5 g	酒	0.5 g	薄口しょうゆ	3 g	きぬさや	3 g	にんじん	10 g
片栗粉	1.5 g	水	1.5 g	ローリエ	0.01 g	牛乳	1 本	たまねぎ	10 g
塩	0.5 g	牛乳	1 本	チキンスープ	6 g	にんじん	10 g	板こんにゃく	10 g
濃口しょうゆ	2 g	鶏肉	10 g	水	50 g	とうふ	30 g	さといも	30 g
さとう	1 g	さといも	25 g	じゃがいも	40 g	卵	20 g	油揚げ	5 g
水	10 g	にんじん	10 g	チキンハム	10 g	青ねぎ(八幡産)	5 g	とうふ	20 g
牛乳	1 本	青ねぎ(八幡産)	5 g	白すりごま	1 g	塩	0.4 g	青ねぎ	5 g
鶏肉	10 g	突きこんにゃく	10 g	ノンエッグマヨネーズ	7 g	薄口しょうゆ	3 g	薄口しょうゆ	2 g
にんじん	10 g	しめじ	5 g	薄口しょうゆ	1 g	片栗粉	1 g	濃口しょうゆ	4 g
たまねぎ	20 g	八幡のみそ	9 g	さとう	0.5 g	けずりぶし	3 g	塩	0.2 g
太もやし	20 g	八幡の白みそ	3 g	塩	0.2 g	水	100 g	けずりぶし	2 g
はるさめ	7 g	けずりぶし	3 g	こしょう	0.03 g	キャベツ	40 g	水	90 g
チンゲン菜	10 g	水	100 g			にんじん	10 g		
塩	0.4 g	天蓐(八幡産)	30 g	初午とは2月最初の午の日のこととて、稲荷神社では五穀豊穡を願うお祭りが行われます。 初午は運氣が高まる日とされ、稲荷神社の使いであるキツネの好物である油揚げを使った「いなり寿司」を食べることが福を招くとされています。 		薄口しょうゆ	2 g		
こしょう	0.02 g	にんじん	5 g			薄口しょうゆ	2 g		
薄口しょうゆ	3 g	塩ふき昆布	1 g			さとう	0.2 g		
けずりぶし	3 g								
水	100 g								
ごま油	0.1 g								
フルーツゼリー	1 こ								
2月8日(水)	小635 kcal 中807 kcal	2月9日(木)	小727 kcal 中907 kcal	2月10日(金)	小532 kcal 中644 kcal	2月13日(月)	小728 kcal 中909 kcal	2月14日(火)	小709 kcal 中885 kcal
チャーハン 牛乳 春巻きとしゅうまい 五目スープ		☆カレーライス 牛乳 ボイルフランク ☆フルーツサイダー		クロワッサン 牛乳 イタリアンスパゲティ キャベツとツナのサラダ		うめちりごはん 牛乳 ☆鶏肉のからあげ 白菜のみそ汁		ウインナーピラフ 牛乳 ハートスープ ダブルチョコマフィン	
食材名	分量(g)	食材名	分量(g)	食材名	分量(g)	食材名	分量(g)	食材名	分量(g)
米	70 g	米	74 g	クロワッサン	1 こ	米	80 g	米	70 g
焼豚	10 g	麦	6 g	牛乳	1 本	うめちりのもと	3 g	ポークウインナー	20 g
たまねぎ	15 g	牛肉	15 g	スパゲティ	30 g	牛乳	1 本	にんじん	5 g
にんじん	5 g	塩	0.3 g	牛ミンチ	20 g	鶏肉	70 g	たまねぎ	5 g
サラダ油	1 g	こしょう	0.04 g	たまねぎ	40 g	濃口しょうゆ	2 g	ホールコーン	5 g
オイスターソース	2 g	ジンジャーパウダー	0.04 g	にんじん	10 g	酒	1 g	塩	0.5 g
塩	0.5 g	ガーリックパウダー	0.04 g	ピーマン	10 g	ジンジャーパウダー	0.05 g	こしょう	0.02 g
こしょう	0.03 g	たまねぎ	60 g	ポークウインナー	15 g	ガーリックパウダー	0.05 g	濃口しょうゆ	1 g
薄口しょうゆ	1 g	にんじん	20 g	サラダ油	0.5 g	米粉	4 g	チキンスープ	10 g
濃口しょうゆ	1 g	じゃがいも	50 g	トマトチャップ	12 g	片栗粉	6 g	牛乳	1 本
チキンスープ	5 g	チキンスープ	5 g	ウスターソース	1.3 g	揚げ油	9 g	米粉マカロニ	5 g
青ねぎ(八幡産)	5 g	水	10 g	塩	0.4 g	ぼくざい	30 g	ベーコン	10 g
牛乳	1 本	マARGリン	6 g	こしょう	0.04 g	油揚げ	5 g	にんじん	20 g
春巻き	1 こ	小麦粉	6 g	キャベツ	45 g	大根	15 g	たまねぎ	30 g
小学校 35g		ベーストチャツネ	1.5 g	きゅうり	5 g	にんじん	5 g	パセリ(乾)	0.03 g
中学校 50g		塩	0.8 g	にんじん	8 g	青ねぎ(八幡産)	5 g	塩	0.3 g
野菜しゅうまい	1 こ	こしょう	0.02 g	ツナノンオイル	5 g	八幡のみそ	9 g	こしょう	0.03 g
小学校 18g		オールスパイス	0.02 g	オリーブ油	1 g	八幡の白みそ	3 g	チキンスープ	6 g
中学校 30g		赤ワイン	2 g	酢	1 g	けずりぶし	3 g	薄口しょうゆ	2 g
揚げ油	6 g	トマトチャップ	2 g	塩	0.1 g	水	100 g	水	100 g
鶏肉	10 g	ウスターソース	1 g	こしょう	0.02 g			小麦粉	16 g
土しょうが	1 g	カレー粉	0.5 g	レモン果汁	0.5 g			ココア	0.5 g
にんじん	10 g	カルダモン	0.01 g					チョコチップス	3 g
たまねぎ	20 g	コリアンダー	0.01 g					上白糖	8 g
にら	5 g	ローリエ	0.01 g					卵	8 g
太もやし	20 g	水	90 g					牛乳	15 g
薄口しょうゆ	4 g	牛乳	1 本					MARGリン	8 g
塩	0.3 g	ポークブラザング	1 本					ベーキングパウダー	0.8 g
こしょう	0.02 g	みかん(缶)	30 g	☆マークの献立について 卒業のお祝いとして、中学校3年生にアンケートをとり、人気No.1になった献立です。					
けずりぶし	3 g	りんご(缶)	20 g						
水	100 g	黄桃(缶)	30 g						
		サイダー	25 g						
※ 中学生は表示より約1.2～1.3倍の分量です。 ※ kcal表示は 小:小学生、中:中学生です。 ※ 野菜や献立は天候等により変更になる場合があります。 ハートスープには、ハート型のマカロニが入っています。 									