2月こんだてひょう

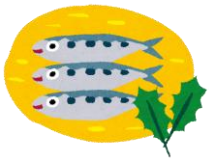
京都府立与謝の海支援学校

☆せつぶんこんだて☆

1日（水）
ごはん
ぎゅうにゅう
しおこんぶあえ
ふかしいも
すきやきふうに

2日（木）
せつぶんのおすし
ぎゅうにゅう
いわしのまるぼし
はくさいじる
せつぶんまめ
フルーツヨーグルト

3日（金）
きなこあげパン
ぎゅうにゅう
レモンサラダ
ポトフ



6日（月）
ごはん
ぎゅうにゅう
ごこんに
とらまめのあまに
みそしる

7日（火）
ごはん
ぎゅうにゅう
さかなのごまみそやき
おかかあえ
ビーフンのおしる

8日（水）
いりだいずごはん
ぎゅうにゅう
じゃこごまあえ
かわりにくじゃが

9日（木）
ごはん
ぎゅうにゅう
とりにくの
マスタードやき
だいこんサラダ
スンドゥブチゲ

10日（金）
バターパン
ぎゅうにゅう
スペインふうオムレツ
そえやさい(レモンあじ)
こまつなのミルクスープ

13日（月）
ごはん
ぎゅうにゅう
さばのしおやき
おからに
みそしる

バレンタインデー♪

14日（火）
キャロットライス
ぎゅうにゅう
とりにくの
チーズマヨやき
やさいスープ
チョコプリン

15日（水）
ごはん
ぎゅうにゅう
ぶたにくの
ピリからいため
いそかあえ
うすくずじる

16日（木）
ごはん
ぎゅうにゅう
さわらのてりやきふう
ひじきサラダ
とんじる

17日（金）
コッペパン
ぎゅうにゅう
ポークソテー
そえやさい
コンソメスープ
いちごジャム

20日（月）
ごはん
ぎゅうにゅう
マーボーどうふ
チョレギサラダ
はるさめスープ

21日（火）
ごはん
ぎゅうにゅう
さけのちゃんちゃんやき
だいこんとあつあげに
みそしる

22日（水）
ごはん
ぎゅうにゅう
とりにくの
アーモンドがらめ
そえやさい
みそしる

23日（木）

てんのう
たんじょうび

24日（金）
あじつけパン
ぎゅうにゅう
ほうれんそうと
コーンのサラダ
ポークシチュー
りんごゼリー

27日（月）
ごはん
ぎゅうにゅう
ハリハリづけ
ぶたにくのみそに
かんづめフルーツ

28日（火）
ごはん
ぎゅうにゅう
さばのたつたあげ
ごまずあえごま
みそしる

季節の食材（きせつ　しょくざい）

・キャベツ ・こまつな ・だいこん
・れんこん ・白ねぎ ・はくさい
・ブロッコリー ・みずな ・にら
・ごぼう ・いちご ・みかん
・さば ・さわら ・のり ・わかめ

今月の丹後の食材（こんげつ　たんご　しょくざい）

・ぎゅうにゅう ・たまご ・さわら
・キャベツ ・こまつな ・だいこん
・れんこん ・白ねぎ ・葉ねぎ
・はくさい ・にんじん ・しょうが
・みずな ・かぶ ・とうふ

物資の納入状況により、献立や食材を変更する場合があります。