

2がつこんだてひょう

啓明学園初等学校



		1日(水)	2日(木)	3日(金)
		ごはん さかなのトマトソース 豚肉と野菜のソテー マセドアンサラダ フルーツ(みかん缶)	ごもく 五目あんかけそば はるまき 春巻 シュウマイ ちりめんサラダ フルーツ(パイン缶)	ごはん 豚肉の生姜焼き ボイルキャベツ ごぼうサラダ チンゲン菜のおかかあえ フルーツ(りんご缶)
6日(月)	7日(火)	8日(水)	9日(木)	10日(金)
ごはん はっほうさい 八宝菜 イカのチリソース あおな 青菜の中華あえ フルーツ(パイン缶)	ごはん(おかかふりかけ) オムレツミートソース フライドポテト きのこと野菜のソテー マカロニサラダ フルーツ(みかん缶)	ごはん にくどうふ 肉豆腐 ちくわ 竹輪の天ぷら やさい 野菜の三色あえ フルーツ(りんご缶)	ごはん とりにく 鶏肉の甘酢しょうゆ なすと竹輪のみそ炒め やさい 野菜のスープ煮 フルーツ(黄桃缶)	くらざとう 黒砂糖パン コーンシチュー ミートボール シーザーサラダ フルーツ(パイン缶)
13日(月)	14日(火)	15日(水)	16日(木)	17日(金)
ごはん しろみぎかな 白身魚のいそべ揚げ ほうれん草ののりあえ お芋とお豆の甘辛揚げ フルーツ(みかん缶)	カレーライス とりにく 鶏肉の唐揚げ コーンサラダ フルーツ(りんご缶)	オレンジパン クリームシチュー ポークソテー おんやさい 温野菜サラダ フルーツ(黄桃缶)	ごはん(たまごふりかけ) すき焼き風煮 イカのかりんとう揚げ チンゲン菜のおひたし フルーツ(パイン缶)	ごはん チキン南蛮 フレンチサラダ 炒めナムル フルーツ(みかん缶)
20日(月)	21日(火)	22日(水)	23日(木)	24日(金)
ダイキョウ 代休	スパゲティミートソース とりにく 鶏肉の照焼き ブロッコリー はくさい 白菜とハムのサラダ フルーツ(パイン缶)	ごはん わふう 和風ハンバーグ ミニトマト なまあ 生揚げと野菜の煮物 こまつな 小松菜炒め フルーツ(みかん缶)	チョコチップパン さけ 鮭フライ ポテトサラダ もやしとピーマンのソテー フルーツ(りんご缶)	ごはん(鮭ふりかけ) かにたま ビーフンソテー やさい 野菜のごまあえ フルーツ(みかん缶)
27日(月)	28日(火)	☆ なぜ節分に大豆をまくの? ☆ 2月3日は節分です。 大豆には魔よけの効果があると考えられていました。 豆まきの後、大豆を食べて、 体の中からも鬼(病気)を追い払おう、というわけです。		
ドライカレー きのことマカロニのソテー まめまめサラダ フルーツ(りんご缶)	パンプキンパン チキンカツ スパゲティサラダ ミックスベジタブル フルーツ(黄桃缶)			