

週間献立表

	2月24日(月)	2月25日(火)	2月26日(水)	2月27日(木)	2月28日(金)	3月1日(土)	3月2日(日)
朝	ごはん(学) 魚の紙つつみ焼き(学) もやしニラ炒め(学) キムチ納豆(学) 味噌汁(玉ねぎ・わかめ)学 くだもの(バナナ)	ごはん(学) ししゃも塩焼き からし菜炒め(学) 山芋とシラスの梅肉和え(学) ゆし豆腐(学) くだもの(GF)	ごはん(学) ポークたまご(学) ほうれん草のしらす和え(学) 納豆(学) みそ汁(じゃが芋/ねぎ)(学) くだもの(バナナ)	ピザトースト(学) スパニッシュオムレツ ゴボウサラダ(学) ミネストローネスープ(学) くだもの(たんかん) 牛乳	ごはん(学) 赤魚の煮付け(学) 冬瓜ンブシー(学) 納豆(学) かきたまうどん汁(学) くだもの(バナナ)	ごはん(学) 鮭のちゃんちゃん焼き風(学) フーチャンブルー(学) 無限ナス(学) キムチ納豆(学) あさりのすまし汁(学)	ごはん(学) サバの塩焼き(学) ささみと胡瓜の梅和え(学) ゆで卵 納豆(学) そうめん汁(学)
昼	ちゃんぼん麺(学) アジフライ(学) やみつき豆苗サラダ(学) くだもの(ぶどう)	オムライス(学) 鶏の唐揚げ(学) カプレーゼサラダ(学) クラムチャウダースープ(学) くだもの(いちご)	ごはん(学) 鮭の塩焼き(学) トマトと豚肉のふわふわ卵炒め(学) 豆腐サラダ(学) お雑煮風すまし汁(学) くだもの(りんご)	ごはん(学) サバの塩焼き(学) キャベツと厚揚げの炒め物(学) タコキムチ和え 中身汁(学) くだもの(マスカット)	三色丼(学) クリームコロッケ(学) みょうがと鶏肉の和え物(学) 赤だし汁(学) くだもの(GF)	ごはん(学) 鶏の唐揚げ(学) (付)スパゲッティ 厚焼き卵(学) ブロッコリーのカレー炒め(学) ピーマンの塩昆布和え(弁) 沖縄風みそ汁(学) くだもの(キウイ)	ごはん(学) しょうが焼き (付)キャベツ イカフライ(冷)60g きんぴらごぼう(学) ほうれん草としめじのお浸し(学) けんちん汁(学) くだもの(いちご)
夕	ごはん(学) 甘辛スペアリブ(学) (付)マッシュポテト かんぴょうイリチー(学) 白菜和え物(学) 中華にゅうめん(学) くだもの(メロン)	おろしボン酢牛丼(学) 蒸ししゅうまい(学) 春雨サラダ(学) もずく入りキムチスープ(学) くだもの(パイナップル)	コーンご飯(学) ハヤシライス(学) パンパンジーサラダ(学) くだもの(キウイ)	ごはん(学) チキン南蛮(学) チャプチェ(学) もずくの酢の物(学) 沖縄そば汁(小) くだもの(りんご)	ごはん(学) 鶏肉の南蛮漬(学) 豆腐ステーキの海鮮旨煮あんかけ 三色なます(学) 貝だくさんもずく汁(学) くだもの(オレンジ)	チャーハン(学) 麻婆豆腐(学) きびなごのカレー揚げ(学) 春雨の和え物(学) 鶏団子とチンゲン菜のどろみスープ フルーツポンチ(学)	ごはん(学) 牛すじカレー コブサラダ(学) ヨーグルト(はちみつ)
栄養成分	エネルギー 4494 kcal たんぱく質 224.5 g 脂質 131.9 g 食塩相当量 14 g	エネルギー 4501 kcal たんぱく質 227.4 g 脂質 126.5 g 食塩相当量 14 g	エネルギー 4459 kcal たんぱく質 224.1 g 脂質 129.7 g 食塩相当量 11 g	エネルギー 4258 kcal たんぱく質 229.2 g 脂質 122.4 g 食塩相当量 16.3 g	エネルギー 4481 kcal たんぱく質 224 g 脂質 115.2 g 食塩相当量 16.1 g	エネルギー 4502 kcal たんぱく質 238.1 g 脂質 127.1 g 食塩相当量 14.6 g	エネルギー 4476 kcal たんぱく質 227.2 g 脂質 129.3 g 食塩相当量 13.1 g

◎材料の都合により、一部献立の内容が変わる事があります。