給食こんだて表 2月

陸別町給食センター

	献立名		赤の仲間 血や肉になる	黄の仲間 熱や力の元になる	緑の仲間 体の調子を整える	その他
	ごはん			精白米 強化米		
ļ	いわしの竜田揚げねぎソース			小麦粉 じゃがいもでん粉 砂糖 油	しょうが にんにく 長ねぎ	
3 -	じゃがいものきんぴら			じゃがいも 油 いりごま	さやいんげん	清酒 こいくちしょうゆ 本みりん
-	in the root	AN7	素し大豆 油揚げ 木綿豆腐 豆乳 高野豆腐 厚削			
	3	HJN III A D	2) 昆布		枝豆 長ねぎ 大根	白みそ 赤みそ
	ごはん			精白米 強化米		
4 火)	☆ 麻婆豆腐	豚	豕ひき肉 大豆ミート 木綿豆腐 鶏骨	油 砂糖 じゃがいもでん粉	しょうが にんにく 玉ねぎ 水煮たけのこ 枝豆 干ししいたけ	トウバンジャン(保育所抜き) 清酒 八丁みそ 白み そ こいくちしょうゆ
	しらたきスープ	奚息	鳴むね肉 鶏骨	しらたき	玉ねぎ	こいくちしょうゆ コンソメ こしょう
	☆ナン			ナン(小麦粉・油・イースト・砂糖・食塩)		
5 .	☆シカキーマカレー	鹿	鹿肉 鶏ひき肉 豚ひき肉 大豆ミート	油 小麦粉 有塩バター	玉ねぎ 人参 コーン 枝豆 しょうが にんにく りんご トマト水煮	カレー粉 クミン コリアンダー ターメリック オールスパイス チリパウダー カレールウ コンシメ 中濃ソース ケチャップ 赤ワイン こいくち しょうゆ
ŀ	 野菜のごま和えサラダ			いりごま ごま油	キャベツ コーン 小松菜 人参	こいくちしょうゆ
-+		·	変層内 蒸しかまげこ 生羽 眩骨 鶏骨 原削り		しょうが にんにく もやし 玉ねぎ 人参 キャベ	
3	☆ 長崎ちゃんぽん 日本全面® ~ 景崎ちゃ	h∰h~	Eth	中華めん油		丸鶏がらスープ
K)	☆ ヨーグルト 長崎! 郷土料理	のこ	こんぱくリッチOベリーミックス(脱脂濃縮乳・いちご・砂糖・ラズベリービューレ・濃縮いちご果汁・濃 宿レモン果汁・ブルーベリー)			
	☆焼肉丼	豚		精白米 米粒麦 強化米 油 砂糖 いりごま ごま油	にんにく 玉ねぎ 切干し大根 人参 もやし 青 ピーマン	清酒 こいくちしょうゆ トウバンジャン(保育所抜き) 本みりん 丸鶏がらスープ
7 金)	即席漬什			ごま油	人参 大根	穀物酢 こいくちしょうゆ
Ī	☆わかめのみそ汁	カ	カットわかめ 木綿豆腐 厚削り 昆布	じゃがいも		白みそ 赤みそ
	ごはん			精白米 強化米		
	鶏つくね	<u> </u>	肩ごし豆腐 鶏ひき肉 鶏卵 干しひじき	油 パン粉 砂糖 じゃがいもでん粉	校豆 玉ねぎ しょうが	食塩 こしょう 鶏がらスープ 本みりん こいくた
ĭ) ⊦						しょうゆ 清酒
H	切干大根の妙り煮			油砂糖	切干し大根 人参	こいくちしょうゆ 清酒 本みりん
-	たもぎたけのみそ汁	厚	厚削り 昆布	じゃがいも	たもぎたけ水煮 玉ねぎ	白みそ 赤みそ
ŀ	ごはん			精白米 強化米		
5	厚揚げと豚肉の味噌炒め	豚	豕肩肉 生揚げ	つきこんにゃく 油 砂糖	人参 さやいんげん	白みそ こいくちしょうゆ 清酒 本みりん
k) .	☆磯和え	烘	売きのり	すりごま	小松菜 もやし 人参	こいくちしょうゆ
j	白菜のみそ汁	カ	カットわかめ 厚削り 昆布		白菜 人参	白みそ 赤みそ
3	すき焼き風うどん	豚	系肩肉 鶏卵 厚削り 昆布	うどん 砂糖	人参 小松菜 玉ねぎ 長ねぎ 白菜 干ししいたけ	清酒 本みりん こいくちしょうゆ 食塩
木)	コンソメポテト			じゃがいも 油		コンソメ こしょう
i	チキンライス	乳	鳴むね肉	精白米 強化米 油 有塩バター 砂糖	玉ねぎ 人参 水煮マッシュルーム 枝豆	ケチャップ コンソメ 食塩 こしょう
4 說	ハート型ハンバーグ パレンち 献:	ィー : は	ハート型ハンバーグ(鶏肉・玉ねぎ・豚脂・大豆たんぱく・豚肉・砂糖・水溶性食物繊維・酵母エキス・食塩・トマト・にんにく・香辛料・しょうが)			
	ふわふわスープ		\$ベーコン 鶏卵 粉チーズ	じゃがいも パン粉	玉ねぎ 人参	コンソメ こしょう
	ごはん			精白米 強化米		
7	白身魚のフライ 陸別小5年 考えた	! -	白身魚のフライ(ほき・パン粉・小麦粉・でん粉・食 塩・大豆)	油		こいくちしょうゆ
∃) F	☆チョレギサラダ 野菜たっ	50	カットわかめ	ごま油 砂糖 いりごま	キャベツ ブロッコリー ほうれん草	こいくちしょうゆ 穀物酢 丸鶏がらスープ
H	野菜たっぷりみそ汁		事削り 昆布	- CG/M 5748 V19CG		白みそ 赤みそ
\rightarrow	びはん	J	מוצב פינוא	地域で コノニング レンフ	THE AS SIGNOUNE RACE TYNN	
H		020		精白米強化米	Th# 14 #5	ーロンセルトラ(A) 大刀(A) (本)
::: F	ひき肉ごまじゃが		家ひき肉 大豆ミート 厚削り 昆布	じゃがいも 油 砂糖 いりごま	玉ねぎ 人参 枝豆	こいくちしょうゆ 本みりん 清酒
- 1	おかかもやし	12	さがつお		もやし 小松菜 人参	こいくちしょうゆ
′	高野豆腐のみそ汁		高野豆腐 カットわかめ 厚削り 昆布	<u>'</u>	長ねぎ	白みそ 赤みそ
		高				
Ī	かぼちゃパン ☆豚肉のコロッケ	ē		かぼちゃパン 豚肉のコロッケ(じゃがいも・玉ねぎ・豚肉・砂糖・油・豚脂・しょうゆ・食塩・酵母エキス・香辛料・パ		ウスターソース
9	☆豚肉のコロッケ			豚肉のコロッケ(じゃがいも・玉ねぎ・豚肉・砂糖・油・豚脂・しょうゆ・食塩・酵母エキス・香辛料・パン粉・小麦粉・コーンフラワー・でん粉) 油		
9 K)	☆豚肉のコロッケ ☆プロッコリーのマヨ和え	雞	鳴ささみ	豚肉のコロッケ(じゃがいも・玉ねぎ・豚肉・砂糖・油・豚脂・しょうゆ・食塩・酵母エキス・香辛料・パン粉・小麦粉・コーンフラワー・でん粉) 油 エッグケア	プロッコリー	ウスターソース
9 水)	☆豚肉のコロッケ ☆プロッコリーのマヨ和え ☆コーンクリームスープ	與	鳴ささみ 豚ベーコン 牛乳 生クリーム	豚肉のコロッケ(じゃがいも・玉ねぎ・豚肉・砂糖・油・豚脂・しょうゆ・食塩・酵母エキス・香辛料・パン粉・小麦粉・コーンフラワー・でん粉) 油 エッグケア 油 小麦粉 有塩パター	ブロッコリー クリームコーン缶 コーン 玉ねぎ	ウスターソース コーンピューレ コンソメ こしょう 鶏がらスー:
9 (k)	☆豚肉のコロッケ ☆プロッコリーのマヨ和え ☆コーンクリームスープ ☆しょうゆラーメン	與	鳴ささみ 豚ベーコン 牛乳 生クリーム	豚肉のコロッケ(じゃがいも・玉ねぎ・豚肉・砂糖・油・豚脂・しょうゆ・食塩・酵母エキス・香辛料・パン粉・小麦粉・コーンフラワー・でん粉) 油 エッグケア	ブロッコリー クリームコーン缶 コーン 玉ねぎ	ウスターソース コーンピューレ コンソメ こしょう 鶏がらスー
9 (*)	☆豚肉のコロッケ ☆プロッコリーのマヨ和え ☆コーンクリームスープ	期 B	鳴ささみ 豚ベーコン 牛乳 生クリーム 豚肩肉 なると 鶏骨 豚骨 昆布 煮干し	豚肉のコロッケ(じゃがいも・玉ねぎ・豚肉・砂糖・油・豚脂・しょうゆ・食塩・酵母エキス・香辛料・パン粉・小麦粉・コーンフラワー・でん粉) 油 エッグケア 油 小麦粉 有塩パター	プロッコリー クリームコーン缶 コーン 玉ねぎ しょうが にんにく メンマ 人参 玉ねぎ もやし	ウスターソース コーンピューレ コンソメ こしょう 鶏がらスー:
9(x)	☆豚肉のコロッケ ☆プロッコリーのマヨ和え ☆コーンクリームスープ ☆しょうゆラーメン	期 B	鳴ささみ 豚ベーコン 牛乳 生クリーム 豚肩肉 なると 鶏骨 豚骨 昆布 煮干し	豚肉のコロッケ(じゃがいも・玉ねぎ・豚肉・砂糖・油・豚脂・しょうゆ・食塩・酵母エキス・香辛料・パン粉・小麦粉・コーンフラワー・でん粉) 油 エッグケア 油 小麦粉 有塩バター 中華めん ラード	ブロッコリー クリームコーン缶 コーン 玉ねぎ しょうが にんにく メンマ 人参 玉ねぎ もやし 長ねぎ 白菜	ウスターソース コーンピューレ コンソメ こしょう 鶏がらスー: 本みりん 清酒 こいくちしょうゆ 食塩 こしょ
9 k)	☆豚肉のコロッケ ☆プロッコリーのマヨ和え ☆コーンクリームスープ ☆しょうゆラーメン からし和え	野豚	鳴ささみ	豚肉のコロッケ(じゃがいも・玉ねぎ・豚肉・砂糖・油・豚脂・しょうゆ・食塩・酵母エキス・香辛料・パン粉・小麦粉・コーンフラワー・でん粉) 油 エッグケア 油 小麦粉 有塩バター 中華めん ラード	プロッコリー クリームコーン缶 コーン 玉ねぎ しょうが にんにく メンマ 人参 玉ねぎ もやし長ねぎ 白菜 小松菜 白菜 黄桃缶詰	ウスターソース コーンピューレ コンソメ こしょう 鶏がらスー: 本みりん 清酒 こいくちしょうゆ 食塩 こしょ: こいくちしょうゆ からし(粉)(保育所抜き) 清酒 こいくちしょうゆ 本みりん 丸鶏がらスー:
19 水)	☆豚肉のコロッケ ☆プロッコリーのマヨ和え ☆コーンクリームスープ ☆しょうゆラーメン からし和え ☆黄桃	類 勝 勝 焼	場ささみ 豚ベーコン 牛乳 生クリーム 豚肩肉 なると 鶏骨 豚骨 昆布 煮干し 売きちくわ 豚肩肉 藤きギョーザ(キャベツ・小麦粉・鶏肉・豚肉・玉ねぎ・にら・油・ごま油・オイスターソース・もち米	豚肉のコロッケ(じゃがいも・玉ねぎ・豚肉・砂糖・油・豚脂・しょうゆ・食塩・酵母エキス・香辛料・パン粉・小麦粉・コーンフラワー・でん粉) 油 エッグケア 油 小麦粉 有塩バター 中華めん ラード	プロッコリー クリームコーン缶 コーン 玉ねぎ しょうが にんにく メンマ 人参 玉ねぎ もやし 長ねぎ 白菜 小松菜 白菜 黄桃缶詰	ウスターソース コーンピューレ コンソメ こしょう 鶏がらスー: 本みりん 清酒 こいくちしょうゆ 食塩 こしょ こいくちしょうゆ からし(粉)(保育所抜き)
9 (0) (1) (1) (1) (1) (1) (1)	☆豚肉のコロッケ ☆プロッコリーのマヨ和え ☆コーンクリームスープ ☆しょうゆラーメン からし和え ☆黄桃 ☆五目チャーハン 焼きギョーザ	類 勝 勝 焼 焼 大 大 大 大 大 大 大 大 大 大 大 大 大 大 大 大 大	場ささみ 「「「「「「「「「「「「「「」」」」」」 「「「「」」」 「「」」 「「」 「 「	豚肉のコロッケ(じゃがいも・玉ねぎ・豚肉・砂糖・油・豚脂・しょうゆ・食塩・酵母エキス・香辛料・パン粉・小麦粉・コーンフラワー・でん粉) 油 エッグケア 油 小麦粉 有塩バター 中華めん ラード	プロッコリー クリームコーン缶 コーン 玉ねぎ しょうが にんにく メンマ 人参 玉ねぎ もやし 長ねぎ 白菜 小松菜 白菜 黄桃缶詰 長ねぎ しょうが にんにく 玉ねぎ 干ししいたけ 人参 枝豆 コーン	ウスターソース コーンピューレ コンソメ こしょう 鶏がらスー本みりん 清酒 こいくちしょうゆ 食塩 こしょこいくちしょうゆ からし(粉)(保育所抜き) 清酒 こいくちしょうゆ 本みりん 丸鶏がらスーこしょう
9 (大) (1) (1) (1) (1) (1) (1) (1) (1) (1) (1	☆豚肉のコロッケ ☆プロッコリーのマヨ和え ☆コーンクリームスープ ☆しょうゆラーメン からし和え ☆黄桃 ☆五目チャーハン 焼きギョーザ 海藻スープ	類 勝 勝 焼 焼 大 大 大 大 大 大 大 大 大 大 大 大 大 大 大 大 大	場ささみ 「「「「「「「「「「「「「」」」」」 「「「「」」」 「「」」 「「 「	豚肉のコロッケ(じゃがいち・玉ねぎ・豚肉・砂糖・油・豚脂・しょうゆ・食塩・酵母エキス・香辛料・パン粉・小麦粉・コーンフラワー・でん粉)油 エッグケア油 小麦粉 有塩バター中華めん ラード砂糖	プロッコリー クリームコーン缶 コーン 玉ねぎ しょうが にんにく メンマ 人参 玉ねぎ もやし 長ねぎ 白菜 小松菜 白菜 黄桃缶詰 長ねぎ しょうが にんにく 玉ねぎ 干ししいたけ 人参 枝豆 コーン	ウスターソース コーンピューレ コンソメ こしょう 鶏がらスー: 本みりん 清酒 こいくちしょうゆ 食塩 こしょ: こいくちしょうゆ からし(粉)(保育所抜き) 清酒 こいくちしょうゆ 本みりん 丸鶏がらスー:
9 (20) (20) (20) (20) (20) (20)	☆豚肉のコロッケ ☆プロッコリーのマヨ和え ☆コーンクリームスープ ☆しょうゆラーメン からし和え ☆黄桃 ☆五目チャーハン 焼きギョーザ 海藻スープ ごはん	別	場ささみ 豚ベーコン 牛乳 生クリーム 豚 肩肉 なると 鶏骨 豚骨 昆布 煮干し 売きちくわ 豚 肩肉 売きギョーザ(キャベツ・小麦粉・鶏肉・豚肉・玉ねぎ・にら・油・ごま油・オイスターソース・もち米分・しょうゆ・香辛料・大豆粉) 毎藻サラダ(わかめ・刻み昆布・千茎わかめ・赤ふの) 木綿豆腐 鶏骨 昆布	豚肉のコロッケ(じゃがいち・玉ねぎ・豚肉・砂糖・油・豚脂・しょうゆ・食塩・酵母エキス・香辛料・パン粉・小麦粉・コーンフラワー・でん粉) 油 エッグケア 油 小麦粉 有塩バター 中華めん ラード 砂糖 精白米 強化米 油 ごま油 精白米 強化米 精白米 強化米	プロッコリー クリームコーン缶 コーン 玉ねぎ しょうが にんにく メンマ 人参 玉ねぎ もやし 長ねぎ 白菜 小松菜 白菜 黄桃缶詰 長ねぎ しょうが にんにく 玉ねぎ 干ししいたけ 人参 枝豆 コーン	ウスターソース コーンピューレ コンソメ こしょう 鶏がらスー: 本みりん 清酒 こいくちしょうゆ 食塩 こしょ こいくちしょうゆ からし(粉)(保育所抜き) 清酒 こいくちしょうゆ 本みりん 丸鶏がらスー: こしょう
9水 20木 11金 253	☆豚肉のコロッケ ☆プロッコリーのマヨ和え ☆コーンクリームスープ ☆しょうゆラーメン からし和え ☆黄桃 ☆五目チャーハン 焼きギョーザ 海藻スープ ごはん チースタッカルビ	類 勝 勝 焼 焼 海 火 海 火 海 火 海 火 海 火 海 火 海 火 海 火 海 火	場ささみ	豚肉のコロッケ(じゃがいも・玉ねぎ・豚肉・砂糖・油・豚脂・しょうゆ・食塩・酵母エキス・香辛料・パン粉・小麦粉・コーンフラワー・でん粉)油 エッグケア油 小麦粉 有塩パター 中華めん ラード 砂糖 精白米 強化米油 ごま油 精白米 強化米	プロッコリー クリームコーン缶 コーン 玉ねぎ しょうが にんにく メンマ 人参 玉ねぎ もやし 長ねぎ 白菜 小松菜 白菜 黄桃缶詰 長ねぎ しょうが にんにく 玉ねぎ 干ししいたけ 人参 校豆 コーン	ウスターソース コーンピューレ コンソメ こしょう 鶏がらスー: 本みりん 清酒 こいくちしょうゆ 食塩 こしょ: こいくちしょうゆ からし(粉)(保育所抜き) 清酒 こいくちしょうゆ 本みりん 丸鶏がらスー: こしょう コンソメ こいくちしょうゆ
9K) (2大) (1金) (5W)	☆豚肉のコロッケ ☆プロッコリーのマヨ和え ☆コーンクリームスープ ☆しょうゆラーメン からし和え ☆黄桃 ☆五目チャーハン 焼きギョーザ 海藻スープ ごはん チースタッカルビ ひじきのサラダ チーブない	野豚焼物の質素	場ささみ 「「「「「「「「「「「「「」」」」」 「「「」」 「「」」 「「」 「 「	豚肉のコロッケ(じゃがいも・玉ねぎ・豚肉・砂糖・油・豚脂・しょうゆ・食塩・酵母エキス・香辛料・パン粉・小麦粉・コーンフラワー・でん粉) 油 エッグケア 油 小麦粉 有塩バター 中華めん ラード 砂糖 精白米 強化米 油 ごま油 精白米 強化米 砂糖 ごま油 じゃがいも 砂糖 ごま油	プロッコリー クリームコーン缶 コーン 玉ねぎ しょうが にんにく メンマ 人参 玉ねぎ もやし 長ねぎ 白菜 小松菜 白菜 黄桃缶詰 長ねぎ しょうが にんにく 玉ねぎ 干ししいたけ 人参 枝豆 コーン	ウスターソース コーンピューレ コンソメ こしょう 鶏がらスー 本みりん 清酒 こいくちしょうゆ 食塩 こしょこいくちしょうゆ からし(粉)(保育所抜き) 清酒 こいくちしょうゆ 本みりん 丸鶏がらスーこしょう コンソメ こいくちしょうゆ 清酒 こいくちしょうゆ コチュジャン(保育所抜き こいくちしょうゆ 穀物酢 こしょう
9(人) (1) (1) (1) (1) (1) (1) (1) (1) (1) (1	☆豚肉のコロッケ ☆プロッコリーのマヨ和え ☆コーンクリームスープ ☆しょうゆラーメン からし和え ☆黄桃 ☆五目チャーハン 焼きギョーザ 海藻スープ ごはん チースタッカルビ ひじきのサラダ たまごスープ	類 勝 勝 焼き粉 海の 難 干 鶏	場ささみ 「ボーコン 牛乳 生クリーム 「素膚肉 なると 鶏骨 豚骨 昆布 煮干し 「焼きちくわ 「焼きギョーザ(キャベツ・小麦粉・鶏肉・豚肉・玉ねぎ・にら・油・ごま油・オイスターソース・もち米分・しょうゆ・香辛料・大豆粉) 「麻薬サラダ(わかめ・刻み昆布・干茎わかめ・赤ふのり) 木綿豆腐 鶏骨 昆布	豚肉のコロッケ(じゃがいも・玉ねぎ・豚肉・砂糖・油・豚脂・しょうゆ・食塩・酵母エキス・香辛料・パン粉・小麦粉・コーンフラワー・でん粉) 油 エッグケア 油 小麦粉 有塩バター 中華めん ラード 砂糖 精白米 強化米 油 ごま油 精白米 強化米 砂糖 ごま油 じゃがいも 砂糖 ごま油 いりごま じゃがいもでん粉	プロッコリー クリームコーン缶 コーン 玉ねぎ しょうが にんにく メンマ 人参 玉ねぎ もやし 長ねぎ 白菜 小松菜 白菜 黄桃缶詰 長ねぎ しょうが にんにく 玉ねぎ 干ししいたけ 人参 枝豆 コーン 長ねぎ 人参	ウスターソース コーンピューレ コンソメ こしょう 鶏がらスー: 本みりん 清酒 こいくちしょうゆ 食塩 こしょ: こいくちしょうゆ からし(粉)(保育所抜き) 清酒 こいくちしょうゆ 本みりん 丸鶏がらスー: こしょう コンソメ こいくちしょうゆ コチュジャン(保育所抜き) ス鶏がらスープ こいくちしょうゆ こしょう
9以 9以 11 5以	☆豚肉のコロッケ ☆プロッコリーのマヨ和え ☆コーンクリームスープ ☆しょうゆラーメン からし和え ☆黄桃 ☆五目チャーハン 焼きギョーザ 海藻スープ ごはん チースタッカルビ ひじきのサラダ たまごスープ ☆お好み焼き	類 勝 勝 焼き 数 海り 類 干 類 類	場ささみ 「「「「「「「「「「「「「「「」」」」」」 「「「「「「」」」 「「「「「」」」 「「「」」 「「」」 「「 「「」 「「 「「」 「「 「「」 「「 「「」 「「 「「 「「 「「 「「 「「 「「 「「 「「 「「 「	豚肉のコロッケ(じゃがいも・玉ねぎ・豚肉・砂糖・油・豚脂・しょうゆ・食塩・酵母エキス・香辛料・パン粉・小麦粉・コーンフラワー・でん粉) 油 エッグケア 油 小麦粉 有塩バター 中華めん ラード 砂糖 精白米 強化米 油 ごま油 精白米 強化米 砂糖 ごま油 じゃがいも 砂糖 ごま油	プロッコリー クリームコーン缶 コーン 玉ねぎ しょうが にんにく メンマ 人参 玉ねぎ もやし 長ねぎ 白菜 小松菜 白菜 黄桃缶詰 長ねぎ しょうが にんにく 玉ねぎ 干ししいたけ 人参 校豆 コーン	ウスターソース コーンピューレ コンソメ こしょう 鶏がらスー 本みりん 清酒 こいくちしょうゆ 食塩 こしょこいくちしょうゆ からし(粉)(保育所抜き) 清酒 こいくちしょうゆ 本みりん 丸鶏がらスーこしょう コンソメ こいくちしょうゆ 清酒 こいくちしょうゆ コチュジャン(保育所抜き こいくちしょうゆ 穀物酢 こしょう
9分(20) (21) (25) (26) (26) (26) (26) (26) (26) (26) (26	☆豚肉のコロッケ ☆プロッコリーのマヨ和え ☆コーンクリームスープ ☆しょうゆラーメン からし和え ☆黄桃 ☆五目チャーハン 焼きギョーザ 海藻スープ ごはん チーズタッカルビ ひじきのサラダ たまごスープ ☆お好み焼き 和風大根ツナサラダ	類 勝 勝 焼き 数 海り 類 干 類 類	場ささみ 「「「「「「「「「「「「「「「」」」」」」 「「「「「「」」」 「「「」」 「「」」 「「 「	豚肉のコロッケ(じゃがいも・玉ねぎ・豚肉・砂糖・油・豚脂・しょうゆ・食塩・酵母エキス・香辛料・パン粉・小麦粉・コーンフラワー・でん粉) 油 エッグケア 油 小麦粉 有塩バター 中華めん ラード 砂糖 精白米 強化米 油 ごま油 精白米 強化米 砂糖 ごま油 じゃがいも 砂糖 ごま油 いりごま じゃがいもでん粉	プロッコリー クリームコーン缶 コーン 玉ねぎ しょうが にんにく メンマ 人参 玉ねぎ もやし 長ねぎ 白菜 小松菜 白菜 黄桃缶詰 長ねぎ しょうが にんにく 玉ねぎ 干ししいたけ 人参 枝豆 コーン 長ねぎ 人参 しょうが にんにく 玉ねぎ キャベツ コーン 人参	ウスターソース コーンピューレ コンソメ こしょう 鶏がらスー本みりん 清酒 こいくちしょうゆ 食塩 こしょこいくちしょうゆ からし(粉)(保育所抜き) 清酒 こいくちしょうゆ 本みりん 丸鶏がらスーこしょう コンソメ こいくちしょうゆ コチュジャン(保育所抜きこいくちしょうゆ 穀物酢 こしょう
9分(20) (21) (25) (26) (26) (26) (26) (26) (26) (26) (26	☆豚肉のコロッケ ☆プロッコリーのマヨ和え ☆コーンクリームスープ ☆しょうゆラーメン からし和え ☆黄桃 ☆五目チャーハン 焼きギョーザ 海藻スープ ごはん チースタッカルビ ひじきのサラダ たまごスープ ☆お好み焼き	類 勝 焼き 数 海の 乗り	場ささみ 「本ペーコン 牛乳 生クリーム 「素膚肉 なると 鶏骨 豚骨 昆布 煮干し 「焼きちくわ 「焼きギョーザ(キャベツ・小麦粉・鶏肉・豚肉・玉ねぎ・にら・油・ごま油・オイスターソース・もち米分・しょうゆ・香辛料・大豆粉) 「海薬サラダ(わかめ・刻み昆布・千茎わかめ・赤ふのり) 木綿豆腐 鶏骨 昆布 「鳥もも肉 シュレッドチーズ 「トしひじき 鳴卵 木綿豆腐 カットわかめ 鶏骨 豚骨 鳴卵 豚膚肉 あおのり	豚肉のコロッケ(じゃがいも・玉ねぎ・豚肉・砂糖・油・豚脂・しょうゆ・食塩・酵母エキス・香辛料・パン粉・小麦粉・コーンフラワー・でん粉) 油 エッグケア 油 小麦粉 有塩パター 中華めん ラード 砂糖 精白米 強化米 油 ごま油 精白米 強化米 砂糖 ごま油 じゃがいも 砂糖 ごま油 いりごま じゃがいもでん粉 小麦粉 エッグケア 砂糖 いりごま ごま油	プロッコリー クリームコーン缶 コーン 玉ねぎ しょうが にんにく メンマ 人参 玉ねぎ もやし 長ねぎ 白菜 小松菜 白菜 黄桃缶詰 長ねぎ しょうが にんにく 玉ねぎ 干ししいたけ 人参 枝豆 コーン 長ねぎ 人参 しょうが にんにく 玉ねぎ キャベツ コーン 人参 キャベツ コーン 人参	ウスターソース コーンピューレ コンソメ こしょう 鶏がらスー 本みりん 清酒 こいくちしょうゆ 食塩 こしょこいくちしょうゆ からし(粉)(保育所抜き) 清酒 こいくちしょうゆ 本みりん 丸鶏がらスーごしょう コンソメ こいくちしょうゆ コチュジャン(保育所抜き) こいくちしょうゆ 到チュジャン(保育所抜き)
9水 (20木) (11) (11) (11) (11) (11) (11) (11) (1	☆豚肉のコロッケ ☆プロッコリーのマヨ和え ☆コーンクリームスープ ☆しょうゆラーメン からし和え ☆黄桃 ☆五目チャーハン 焼きギョーザ 海藻スープ ごはん チーズタッカルビ ひじきのサラダ たまごスープ ☆お好み焼き 和風大根ツナサラダ	類 勝 勝 勝 勝 勝 勝 勝 勝 勝 第 第 第 第 章 報 章 報	場ささみ 「「「「「「「「「「「「「」」」」」 「「「「」」」 「「」」 「「」 「 「	豚肉のコロッケ(じゃがいも・玉ねぎ・豚肉・砂糖・油・豚脂・しょうゆ・食塩・酵母エキス・香辛料・パン粉・小麦粉・コーンフラワー・でん粉) 油 エッグケア 油 小麦粉 有塩パター 中華めん ラード 砂糖 精白米 強化米 油 ごま油 精白米 強化米 砂糖 ごま油 じゃがいも 砂糖 ごま油 いりごま じゃがいもでん粉 小麦粉 エッグケア 砂糖 いりごま ごま油	プロッコリー クリームコーン缶 コーン 玉ねぎ しょうが にんにく メンマ 人参 玉ねぎ もやし 長ねぎ 白菜 小松菜 白菜 黄桃缶詰 長ねぎ しょうが にんにく 玉ねぎ 干ししいたけ 人参 枝豆 コーン 長ねぎ 人参 しょうが にんにく 玉ねぎ キャベツ コーン 人参 キャベツ コーン 人参	ウスターソース コーンピューレ コンソメ こしょう 鶏がらスー本みりん 清酒 こいくちしょうゆ 食塩 こしょこいくちしょうゆ からし(粉)(保育所抜き) 清酒 こいくちしょうゆ 本みりん 丸鶏がらスーこしょう コンソメ こいくちしょうゆ コチュジャン(保育所抜き こいくちしょうゆ 穀物酢 こしょう カつおエキス お好みソース
9水 21 25 25 27 27 27 27 27 27 27 27 27 27 27 27 27	☆豚肉のコロッケ ☆ プロッコリーのマヨ和え ☆ コーンクリームスープ ☆ しょうゆラーメン からし和え ☆ 五目チャーハン 焼きギョーザ 海 スープ ごはん チースタッカルビ ひきのサラダ たまごスープ ☆ おけいけっぱ テーズタッカ を ますいけんち	野豚焼物の大きの大きの大きの大きの大きの大きの大きの大きの大きの大きの大きの大きの大きの	場ささみ 「「「「「「「「「「「「「」」」」」 「「「「」」」 「「」」 「「」 「 「	豚肉のコロッケ(じゃがいも・玉ねぎ・豚肉・砂糖・油・豚脂・しょうゆ・食塩・酵母エキス・香辛料・パン粉・小麦粉・コーンフラワー・でん粉) 油 エッグケア 油 小麦粉 有塩パター 中華めん ラード 砂糖 精白米 強化米 油 ごま油 精白米 強化米 砂糖 ごま油 じゃがいも 砂糖 ごま油 いりごま じゃがいもでん粉 小麦粉 エッグケア 砂糖 いりごま ごま油 じゃがいもでん粉 こま油 にゃがいもでん粉 い麦粉 エッグケア いまれる こまは にゃがいもでん粉 いまれる こまは にゃがいもでん粉 いまれる こまは にゃがいもでん粉 こまは こまは にゃがいもでん粉 いまれる こまは にゃがいもでん粉 こまは こまる こまは こまる こまる こまる スパゲティ 油 小麦粉 有塩パター	プロッコリー クリームコーン缶 コーン 玉ねぎ しょうが にんにく メンマ 人参 玉ねぎ もやし 長ねぎ 白菜 小松菜 白菜 黄桃缶詰 長ねぎ しょうが にんにく 玉ねぎ 干ししいたけ 人参 校豆 コーン 長ねぎ 人参 しょうが にんにく 玉ねぎ キャベツ コーン 人参 キャベツ コーン 人参 干ししいたけ 長ねぎ しょうが	ウスターソース コーンピューレ コンソメ こしょう 鶏がらスー: 本みりん 清酒 こいくちしょうゆ 食塩 こしょ: こいくちしょうゆ からし(粉)(保育所抜き) 清酒 こいくちしょうゆ 本みりん 丸鶏がらスー: こしょう コンソメ こいくちしょうゆ コチュジャン(保育所抜き こいくちしょうゆ 穀物酢 こしょう 丸鶏がらスープ こいくちしょうゆ こしょう かつおエキス お好みソース 穀物酢 こいくちしょうゆ こしょう 丸鶏がらスープ こいくちしょうゆ こしょう
20 20 21 21 22 25 25 26 227 末)	☆豚肉のコロッケ ☆プロッコリーのマヨ和え ☆コーンクリームスープ ☆しょうゆラーメン からし和え ☆黄桃 ☆五目チャーハン 焼きギョーザ 海藻スープ ごはん チースタッカルビ ひきのサラダ たまごスープ ☆お好み焼き 和風大根ツナサラダ くずし豆腐のスープ ☆小松菜クリームスパゲティ	類 勝 病 焼き粉 海の 鶏 干 鶏 鶏 ま 絹 豚 豚	場ささみ 「「「「「「「「「「「「「「「「」」」」」」 「「「「「「」」」 「「「」」」 「「」 「「 「	豚肉のコロッケ(じゃがいも・玉ねぎ・豚肉・砂糖・油・豚脂・しょうゆ・食塩・酵母エキス・香辛料・パン粉・小麦粉・コーンフラワー・でん粉) 油 エッグケア 油 小麦粉 有塩パター 中華めん ラード 砂糖 精白米 強化米 油 ごま油 精白米 強化米 砂糖 ごま油 じゃがいも 砂糖 ごま油 いりごま じゃがいもでん粉 小麦粉 エッグケア 砂糖 いりごま ごま油 じゃがいもでん粉 こま油 にゃがいもでん粉 い麦粉 エッグケア いまれる こまは にゃがいもでん粉 いまれる こまは にゃがいもでん粉 いまれる こまは にゃがいもでん粉 こまは こまは にゃがいもでん粉 いまれる こまは にゃがいもでん粉 こまは こまる こまは こまる こまる こまる スパゲティ 油 小麦粉 有塩パター	プロッコリー クリームコーン缶 コーン 玉ねぎ しょうが にんにく メンマ 人参 玉ねぎ もやし 長ねぎ 白菜 小松菜 白菜 黄桃缶詰 長ねぎ しょうが にんにく 玉ねぎ 干ししいたけ 人参 枝豆 コーン 長ねぎ 人参 しょうが にんにく 玉ねぎ キャベツ コーン 人参 キャベツ コーン 人参 干しいたけ 長ねぎ しょうが 小松菜 玉ねぎ ぶなしめじ水煮 干しいたけ 玉ねぎ にんにく しょうが りんご 人参 枝豆	ウスターソース コーンピューレ コンソメ こしょう 鶏がらスープ 本みりん 清酒 こいくちしょうゆ 食塩 こしょう こいくちしょうゆ からし(粉)(保育所抜き) 清酒 こいくちしょうゆ 本みりん 丸鶏がらスープ こいくちしょうゆ 型チュジャン(保育所抜き) こいくちしょうゆ 穀物酢 こしょう かつおエキス お好みソース 穀物酢 こいくちしょうゆ こしょう カカボキス おけみソース 製物酢 こいくちしょうゆ こしょう コンソメ 食塩 こしょう パセリ(乾) 白ワイン

※保育所以外、毎日牛乳がつきます。赤の食品です。
今月のりくべつ牛乳は、2月14日(金)、28日(金)です。
※保育所のひよこ・りす組は、水曜日のパンの代わりに白飯を提供しています。
・材料の太字表記の食材は、陸別町での生産品・加工食品を予定しています。
※6日(木)の『ヨーグルト』は『陸別町農業協同組合』さんより無償で提供されます。
※食材の都合により、献立が変更になる場合がありますので、ご了承下さい。
・毎日の給食の写真は、インターネットに記載してあります。
月2回程度更新しておりますので、ぜひお子様との話題づくりにご活用下さい。
・中学3年生の卒業を記念して、リクエスト給食を実施します。☆マークはリクエストメニューです。

一食あたりの平均摂取量	小学校	中学校	保育所
エネルギー (Kcal)	567	719	302
炭水化物(g)	78.6	102.4	46.0
たんぱく質(g)	25.0	31.0	12.3
脂質(g)	19.0	23.2	8.1
塩分(g)	2.0	2.5	1.1