

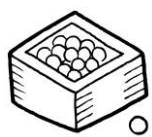
朝

給食

夕



鬼は〜そと〜
福は〜うち〜



節分

邪気を払い春を迎える

節分は、立春の前日で、冬から春への季節の変わり目の行事です。「鬼は外」のかけ声とともに、豆をまくのは、豆にある「霊力」をもって、災いをはらう意味があります。みんなで、「鬼は外〜、福は内〜」と声をかけてみよう！そして、豆をまいた後は、自分の年の数だけ豆を食べます。豆が多く、食べきれないときは、豆に熱いお湯を注ぎ福茶にして飲むと食べるのと同じご利益がありますよ。

1日 金曜日

ピザトースト/野菜スープ/ヨーグルト

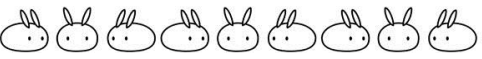
アレルギー：ー 468/19.9

ごはん/鰯のおかか煮/厚揚げのサラダ/わかめのすまし汁

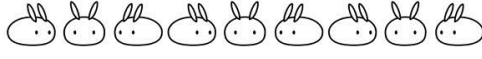
アレルギー：鰯のおかか煮・鰯、わかめのすまし汁・煮干しだ 777/33.2

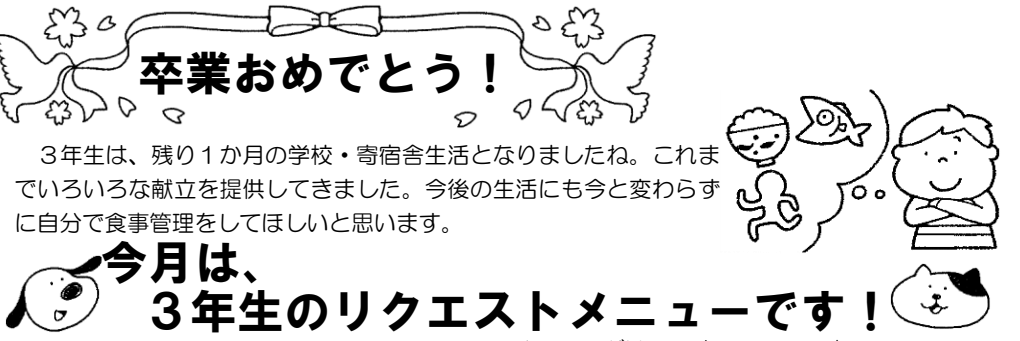


アレルギー：ー

	4日 月曜日	5日 火曜日	6日 水曜日	7日 木曜日	8日 金曜日
朝	トースト/ーロチーズ/ポテトサラダ/セルフスープ/牛乳	ロールパン/ウインナー/野菜スープ/ヨーグルト	たまごパン/クリームスープ/ゼリー	セルフイングリッシュマフィン/中華スープ	ごはん/焼魚/ごま和え/味噌汁
給食	ごはん/舌平目の唐揚げ/小松菜のサラダ/キャベツの味噌汁	ごはん/豚肉と厚揚げのスタミナ炒め/ビーフンスープ	ごはん/鶏肉のマーマレード焼き/ごぼうとたけのこのきんぴら/ニラスープ	ごはん/★白身魚の天ぷら/野菜のオイスター炒め/きりたんぼ汁	トマトスープパスタ/ウインナーサラダ
夕	ごはん/★手羽先の塩焼き/ブロッコリーのシーザーサラダ/大根の生姜スープ/薩摩芋の甘露煮	ごはん/★鯛の西京焼き/切り干し大根の甘煮/けんちん汁/おろし和え	麻婆豆腐丼/チョレギサラダ/白菜と舞茸のスープ	ごはん/鶏肉のニンニク焼き/もやしと油揚げのサラダ/根菜類の味噌汁/里芋の煮物	
	アレルギー：ー 739/31.4	アレルギー：ー 442/15.5	アレルギー：ー 417/14.7	アレルギー：ー 410/16.0	アレルギー：ー 469/24.3
	アレルギー：キャベツの味噌汁・煮干しだし 739/31.4	アレルギー：ー 739/29.5	アレルギー：ー 784/36.6	アレルギー：ー 877/34.8	アレルギー：ー 684/25.3
	アレルギー：ー 757/42.6	アレルギー：ー 651/35.6	アレルギー：ー 692/20.9	アレルギー：ー 728/35.8	アレルギー：ー

	12日 火曜日	13日 水曜日	14日 木曜日	15日 金曜日
朝		ロールパン/ジャーマンポテト/セルフスープ/ミルクコーヒー	菓子パン/チャウダー/ヨーグルト	セルブドッグ/鶏つくねスープ
給食		★チャーハン/★揚げ餃子/五色サラダ/豆腐とわかめの和風スープ	ごはん/白身魚の塩ソース/スパサラダ/ニラ玉スープ	オムハヤシライス/ブロッコリーのおかか和え/チョコプリン
夕		エビフライカレーライス/大豆サラダ	ごはん/★鶏肉の西京焼き/きんぴらごぼう/豆腐のすまし汁/即席漬け	ごはん/豚肉のチーズパン粉焼き/★ほうれん草のおひたし/もやしとにらの味噌汁/マカロニサラダ
		アレルギー：ー 480/16.8	アレルギー：ー 436/15.0	アレルギー：ー 381/14.6
		アレルギー：ー 801/57.2	アレルギー：ー 744/33.8	アレルギー：ー 871/29.3
		アレルギー：ー 793/60.1	アレルギー：ー 702/28.8	アレルギー：ー 664/37.8
				アレルギー：五目あんかけうどん・煮干し、うどん 657/27.6

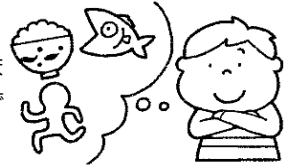
	18日 月曜日	19日 火曜日	20日 水曜日
朝	トースト/チキンソーセージ/セルフスープ/牛乳	ロールパン/ミニハンバーグ/野菜スープ/ヨーグルト	ごはん/★だし巻き玉子/ツナ和え/味噌汁
給食	豚丼/ほうれん草とツナのごま和え/里芋の味噌汁	ごはん/揚げ魚の野菜あんかけ/食育汁	★ガーリックパン/ビーフシチュー/コールスローサラダ
夕	★たこ飯/鮭のオニマヨ焼き/グリーンサラダ/白菜のとろみスープ/カボチャの甘煮	ごはん/マカロニグラタン/玉ねぎのマヨぽん和え/千切りコンソメスープ/竹輪の炒り煮	
	アレルギー：ー 557/26.0	アレルギー：ー 387/15.1	アレルギー：ー 466/16.3
	アレルギー：里芋の味噌汁・煮干しだし 792/39.2	アレルギー：ー 657/31.6	アレルギー：ー 743/22.9
	アレルギー：ー 721/28.3	アレルギー：ー 915/30.7	アレルギー：ー



卒業おめでとう！

3年生は、残り1か月の学校・寄宿舎生活となりましたね。これまでいろいろな献立を提供してきました。今後の生活にも今と変わらずに自分で食事管理をしてほしいと思います。

3年生のリクエストメニューです！



	25日 月曜日	26日 火曜日	27日 水曜日	28日 木曜日
朝	クロワッサン/ジャーマンポテト/セルフスープ/ミルクコーヒー	トースト/オムレツ/豆腐スープ/ヨーグルト	菓子パン/トマトスープ/ゼリー	セルフサンド/野菜スープ/ヨーグルト
給食	ごはん/★たこの唐揚げ/酢の物/★肉じゃが	ごはん/コロッケ/油揚げのサラダ/キャベツのスープ/すだちゼリー	ごはん/鶏肉のきのこソース/ピーナツ和え/豆腐の生姜スープ	ごはん/鮎と野菜の甘酢和え/チキンスープ
夕	ごはん/魚の味噌幽庵焼き/焼きビーフン/★粕汁/キャベツの梅和え	★鯛めし/鶏肉のさっぱり煮/きゅうりとひじきのサラダ/和風スープ	チャプチェ丼/白菜サラダ/トックスープ	ごはん/鶏肉のホイル焼き/がんもどきとひじきの煮物/根菜類の味噌汁/ブロッコリーの辛子マヨ和え
	アレルギー：ー 488/14.7	アレルギー：ー 417/18.9	アレルギー：ー 349/13.3	アレルギー：ー 432/17.6
	アレルギー：ー 792/31.7	アレルギー：ー 892/25.6	アレルギー：ー 826/35.4	アレルギー：ー 823/27.1
	アレルギー：ー 760/39.0	アレルギー：ー 850/43.7	アレルギー：ー 814/28.1	アレルギー：ー 716/30.7

★マークがリクエストメニューです。
鯛めしが一番の人気献立でした！

「鯛も一人では旨からず」
どんなにおいしいものでも、一人で食べるのではやっぱりおいしくない。大勢で友達や家族と一緒に食べる食事のほうがいっぱいという意味です。最後の晩酌は、友達とみんなで楽しく食べてくださいね

