

# 2月 予定献立表

きゅうしょくもくひょう しょくじ たの  
～ 2月の給食目標 「 食事を楽しもう 」 ～

2月は、節分やバレンタインデーなど食を楽しむ機会が何度かあります。

それぞれの行事に合わせて、いろいろな食べ物を口にし、季節を食事から楽しみましょう！



伊達高等養護学校

月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日
2 臨時休業日	3	4	5	6
<ul style="list-style-type: none"> <li>ごはん</li> <li>沢煮椀</li> <li>さばのソース焼</li> <li>おひたし</li> <li>牛乳</li> </ul> <p>エネルギー：738kcal たんぱく質：34.1g 脂 質：22.5g 塩 分：3.0g</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>スープスパゲティ</li> <li>まめまめサラダ</li> <li>デザート</li> <li>牛乳</li> </ul> <p>エネルギー：728kcal たんぱく質：36.7g 脂 質：24.3g 塩 分：3.5g</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>ごはん</li> <li>わかめスープ</li> <li>麻婆豆腐</li> <li>春雨の中華サラダ</li> <li>牛乳</li> </ul> <p>エネルギー：787kcal たんぱく質：30.4g 脂 質：23.1g 塩 分：4.0g</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>ブレーンパン(りんごジャム)</li> <li>ミネストローネ</li> <li>白身魚のフライ</li> <li>チーズとプロッコリーのサラダ</li> <li>牛乳</li> </ul> <p>エネルギー：776kcal たんぱく質：31.0g 脂 質：30.0g 塩 分：4.7g</p>	
9	10	11 建国記念の日	12	13
<ul style="list-style-type: none"> <li>ごはん</li> <li>いもだんご汁</li> <li>厚揚げのみそ煮</li> <li>おかか和え</li> <li>牛乳</li> </ul> <p>エネルギー：840kcal たんぱく質：34.6g 脂 質：24.0g 塩 分：3.8g</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>ごはん</li> <li>けんちん汁</li> <li>魚のチーズ焼き</li> <li>おひたし</li> <li>牛乳</li> </ul> <p>エネルギー：717kcal たんぱく質：38.7g 脂 質：19.4g 塩 分：2.8g</p>		<ul style="list-style-type: none"> <li>ごはん</li> <li>たぬき汁</li> <li>照り焼きチキン</li> <li>のり酢和え</li> <li>牛乳</li> </ul> <p>エネルギー：770kcal たんぱく質：36.1g 脂 質：25.9g 塩 分：3.3g</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>ウインナーピラフ</li> <li>大豆と野菜のスープ</li> <li>コーンクリームサラダ</li> <li>牛乳</li> </ul> <p>エネルギー：792kcal たんぱく質：24.6g 脂 質：26.6g 塩 分：3.9g</p>
16	17	18	19	20
<ul style="list-style-type: none"> <li>ごはん</li> <li>中華風コーンスープ</li> <li>八宝菜</li> <li>ナムル</li> <li>牛乳</li> </ul> <p>エネルギー：764kcal たんぱく質：32.3g 脂 質：21.5g 塩 分：3.1g</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>ごはん</li> <li>けんちん汁</li> <li>魚のみそ照り焼き</li> <li>ツナマヨ和え</li> <li>牛乳</li> </ul> <p>エネルギー：750kcal たんぱく質：36.4g 脂 質：23.2g 塩 分：2.8g</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>親子うどん</li> <li>れんこんの挟み揚げ</li> <li>オレンジ</li> <li>牛乳</li> </ul> <p>エネルギー：779kcal たんぱく質：29.3g 脂 質：25.3g 塩 分：7.4g</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>ごはん</li> <li>白菜と肉団子のスープ</li> <li>豆腐のオイスターソース煮</li> <li>パンバンジーサラダ</li> <li>牛乳</li> </ul> <p>エネルギー：789kcal たんぱく質：36.6g 脂 質：23.6g 塩 分：3.9g</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>食パン(いちごジャム)</li> <li>ボトフ</li> <li>ハーブチキン</li> <li>フレンチサラダ</li> <li>牛乳</li> </ul> <p>エネルギー：686kcal たんぱく質：37.4g 脂 質：24.1g 塩 分：4.3g</p>
23 天皇誕生日	24	25	26	27 選挙献立✿
	<ul style="list-style-type: none"> <li>きつね丼</li> <li>かぼちゃだんご汁</li> <li>ポン酢和え</li> <li>牛乳</li> </ul> <p>エネルギー：737kcal たんぱく質：28.1g 脂 質：19.0g 塩 分：2.5g</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>醤油ラーメン</li> <li>揚げ餃子</li> <li>デザート</li> <li>牛乳</li> </ul> <p>エネルギー：718kcal たんぱく質：29.6g 脂 質：25.4g 塩 分：7.0g</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>ごはん</li> <li>かき玉汁</li> <li>豚肉の生姜煮</li> <li>ごま和え</li> <li>牛乳</li> </ul> <p>エネルギー：729kcal たんぱく質：32.2g 脂 質：17.5g 塩 分：2.8g</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>ヒレカツカレー</li> <li>野菜スープ</li> <li>海藻サラダ</li> <li>牛乳</li> </ul> <p>エネルギー：642kcal たんぱく質：26.5g 脂 質：12.9g 塩 分：3.6g</p>

※献立は入荷の都合により、変更することがあります。ご了承ください。