2月 こんだてひょう

旭川市立台場小学校

	月	火	水	木	金
こんだて 黄 赤 緑	～ 今月の給食目標 ～ 【 食べものと健康について考えよう】 		2日(金)の「ホタテ」 青森県むつ市より無償提供！ クリーム煮に使用するホタテは，青森県むつ市より無償でいただくものとなります。 ぜひ感謝していただきましょう！ 	1 ・ごはん ・かきたま汁 ・ふきとこんにゃくの油炒め ・あさり佃煮・ ・節分豆（旭豆） ごはん　三温糖　油　砂糖 牛乳　鶏肉　豆腐　卵　さつま揚げ　あさり大豆 長ねぎ　ふき　にんじん	2 ・ソフトフランスパン ・シーフードクリーム煮 ・ソフトサラミ ・キャベツソテー ・メープルジャム パン　じゃがいも　油　小麦粉　バター　メープルジャム 牛乳　えび　いか　ホタテ　スキムミルク　ソフトサラミ 玉ねぎ　にんじん　パセリ　キャベツ
こんだて 黄 赤 緑	5 ・麦ごはん ・米粉のキーマカレー ・福神漬 ・グレープフルーツ合わせ 麦ごはん　油　三温糖 牛乳　豚肉　大豆　杏仁豆腐 玉ねぎ　人参　ピーマン　しょうが　にんにく　トマト　なす　大根 りんご　なた豆　パイン　黄桃　グレープフルーツ	6 ・麦入りわかめごはん ・鶏ちゃんこ汁 ・和風きんぴら包み焼き ・いよかん ごはん　じゃがいも　ごま　油 牛乳　わかめ　鶏肉　油揚げ　大豆　みそ 大根　にんじん　白菜　長ねぎ　ごぼう しょうが　にんにく　いよかん	7 ・ごはん ・炒り豆腐 ・いわしごまみそ煮 ・りんご ごはん　三温糖　油　ごま 牛乳　豆腐　豚肉　卵　いわし　みそ にんじん　玉ねぎ　グリンピース　りんご	8 ・ごはん ・そぼろ煮 ・春雨サラダ ・ふりかけ ごはん　じゃがいも　油　三温糖　黒砂糖　春雨　ごま油　ごま 牛乳　豚肉　茎わかめ　鮭 しょうが　にんじん　玉ねぎ　とうもろこし　グリンピース　水菜　もやし	9 ・米粉小コッペパン ・焼きそば ・春巻き ・ミニトマト（２こ） ・アーモンド パン　やきそば　油　小麦粉　白絞油　アーモンド 牛乳　えび　いか　鶏肉 にんじん　玉ねぎ　キャベツ　たけのこ　きくらげ　グリンピース　ミニトマト
こんだて 黄 赤 緑	12 建国記念の日 振替休日 	13 ・ごはん ・豚肉といもの生姜煮 ・ごまあえ ごはん　じゃがいも　ごま油　三温糖　ごま 牛乳　豚肉 小ねぎ　しょうが　枝豆　ほうれん草　もやし	14 ・米粉丸コッペ切り込みパン ・エビボールスープ ・チキンカツ ・温野菜　・パックソース ・チョコプリン パン　三温糖　チョコプリン 牛乳　エビボール　豆腐　鶏肉　豚肉 にんじん　白菜　長ねぎ　しいたけ　キャベツ	15 ・ごはん ・板麩入りすきやき ・にしんおろし煮 ・りんご ごはん　板ふ　三温糖　黒砂糖　油 牛乳　豚肉　豆腐　ちくわ　にしん 玉ねぎ　たけのこ　長ねぎ　大根　りんご	16 ・小ごはん ・しっぽくうどん ・ちくわ米粉揚げ ・バナナ ごはん　うどん　三温糖　米粉　白絞油 牛乳　鶏肉　油揚げ　ちくわ　卵　青のり 大根　にんじん　長ねぎ　ごぼう　れんこん　バナナ
こんだて 黄 赤 緑	19 ・麦ごはん ・たまごカレー ・福神漬 ・フルーツのゼリーあえ 麦ごはん　じゃがいも　小麦粉　バター　ゼリー 牛乳　豚肉　うずら卵 にんじん　玉ねぎ　にんにく　しょうが　なす　大根　れんこん　なた豆　パイン　みかん　ぶどう果汁	20 ・ごはん ・豆腐チゲ ・もやしのナムル ・わかめ佃煮 ごはん　ごま油　砂糖　ごま 牛乳　豚肉　豆腐　みそ　わかめ ごぼう　にんじん　白菜　しめじ　長ねぎ　もやし　ほうれん草	21 ・揚げパン ・鶏肉と野菜のスープ ・オムレツ ・冷凍パイン パン　三温糖　アーモンド　じゃがいも　バター　白絞油 牛乳　きな粉　鶏肉　ベーコン　卵 にんじん　玉ねぎ　キャベツ　ほうれん草　しめじ　パイン	22 ・ごはん ・けんちん汁 ・さつま揚げの煮物 ・オレンジ ・味付けのり ごはん　じゃがいも　油　三温糖 牛乳　豆腐　鶏肉　さつま揚げ　のり　えび にんじん　大根　ごぼう　長ねぎ　ぜんまい　わらび　たけのこ　えのきたけ　きくらげ　オレンジ	23 天皇誕生日
こんだて 黄 赤 緑	26 ・ごはん ・八宝菜 ・コーンシュウマイ（２こ） ・シュウマイのタレ ・グレープフルーツ ごはん　三温糖　でん粉　油 牛乳　豚肉　えび　いか　うずら卵　鶏肉 玉ねぎ　にんじん　ピーマン　白菜　たけのこ　きくらげ　とうもろこし　グレープフルーツ	27 ・ごはん ・のっぺい汁 ・豚肉のカラフルソテー ・伊予柑ゼリー ごはん　じゃがいも　でん粉　油　三温糖　砂糖 牛乳　ちくわ　油揚げ　高野豆腐　豚肉 ごぼう　にんじん　玉ねぎ　枝豆　ピーマン　赤ピーマン　黄ピーマン　しょうが　伊予柑果汁	28 ・米粉バターパン ・スノーホワイトシチュー ・アジフライ ・ブロッコリー ドレッシングあえ パン　じゃがいも　米粉　油　白絞油 牛乳　鶏肉　アジ 玉ねぎ　かぶ　白菜　カリフラワー　ブロッコリー	29 ・ごはん ・豆腐と豚肉のみそ炒め ・切り干し大根と海藻のあえ物 ごはん　ごま油　アーモンド　三温糖 牛乳　豆腐　豚肉　みそ　ひじき　茎わかめ　昆布 にんじん　ピーマン　玉ねぎ　たけのこ　しいたけ　もやし　切り干し大根	2／3は節分です。少し早いですが１日（木）に節分豆として「旭豆」が登場します。 「旭豆」は明治35年から100年以上も同じ製法で作られている旭川市の銘菓です！原材料も北海道産の大豆・甜菜糖・小麦粉を使用。 旭豆を食べて ぜひ福を呼びこもう！