

2月 予定こんだて表

*この献立表は由布市の基本献立です。
*都合により献立や食材を変更する場合があります。ご了承ください。

月	火	水	木	金
牛乳は、毎日あります。	今月の由布市の食材 ・お米 ・白ねぎ ・葉ねぎ ・しいたけ ・にら	先月に引き続き、今月の献立にも中学3年生のリクエスト給食を取り入れたよ！リクエスト上位に入ったメニューには、「★」をつけています。探してみてね♪		
主にからだをつくる				
主にエネルギーになる				
主にからだの調子を整える				
2 節分 ごはん のっつい汁 いわしの生姜煮	3 ごはん インド煮 チキンとレモンのサラダ	4 コッペパン 冠地どりと甘太くんの豆乳シチュー ツナとごぼうのサラダ	5 ごはん タイピーエン 焼きぎょうざ	6 ごはん キムチ汁 れんこん入り卵焼き ★さつまいもと栗のタルト
ぎゅうにゅう とりにく あぶらあげ どうふ、しうがに(いわし)	ぎゅうにゅう ぶたにく あつあげ ささみフレーク	ぎゅうにゅう とりにく ウインナー どうにゅう ツナ	ぎゅうにゅう ぶたにく とうふ みそ たまごやき(たまご とりにく)	ぎゅうにゅう ぶたにく とうふ みそ たまごやき(たまご とりにく)
ごはん さといも でんぶん しうがに(さとう でんぶん)	ごはん さらだあぶら じゃがいも さとう	コッペパン さつまいも ごめこ ノンエッグマヨネーズ	ごはん ごまあぶら はるさめ ぎょうざ(さとう こむぎこ)	ごはん さらだあぶら じゃがいも たまごやき(さとう)タルト(さつまいも さとう ごめこ)
ごぼう こんにゃく にんじん しいたけ こまつな しうがに(しうが)	たまねぎ にんじん えだまめ レモンかじゅう きゅうり きやべつ コーン	たまねぎ マッシュルーム にんじん かばすかじゅう ごぼう コーン きゅうり	じょうが たまねぎ にんじん もやし きくらげ きやべつ にぎょうざ(きやべつ たまねぎ にら しうがに(しうが))	キムチ もやし にんじん しめじ ねぎ たまごやき(にんじん ほうれんそう れんこん) タルト(くり)
9 ごはん ハヤシライス ささみと海藻のサラダ	10 ごはん 小松菜のみそ汁 グリルチキンの照焼き	11 建国記念の日	12 ごはん 中華風コーンスープ メンチカツ	13 ごはん 豚汁 あじの大根おろしソース
ぎゅうにゅう ぶたにく わかめ ささみフレーク	ぎゅうにゅう どうふ みそ グリルチキン(とりにく)		ぎゅうにゅう ベーコン メンチカツ(とりにく ぶたにく)	ぎゅうにゅう ぶたにく とうふ みそ あじ
ごはん ごま さとう さらだあぶら	ごはん さつまいも さとう でんぶん グリルチキン(でんぶん さとう)		ごはん メンチカツ(さとう ごめこ なたねあぶら)	ごはん じゃがいも さとう
にんにく たまねぎ にんじん トマト マッシュルーム きゅうり ブロッコリー コーン レモンかじゅう	にんじん たまねぎ しいたけ ねぎ こまつな		たまねぎ にんじん もやし コーン チンゲンサイメンチカツ(たまねぎ しうがにペースト ににくペースト)	こんにゃく ごぼう にんじん だいこん しめじ ねぎ
16 ごはん とりすき ツナと豆のサラダ	17 ごはん ★ポークカレー フルーツのジュレ和え	18 コッペパン ★和風パスタ ハムと大根のサラダ	19 ごはん ★豆腐と白菜のみそ汁 ★からあげ	20 ごはん 厚揚げのみそ炒め もやしの生姜酢和え
ぎゅうにゅう とりにく ツナ ミックスビーンズ	ぎゅうにゅう ぶたにく	ぎゅうにゅう とりにく ベーコン ロースハム	ぎゅうにゅう あぶらあげ どうふ みそ とりにく	ぎゅうにゅう ぶたにく あつあげ ちくわ みそ
ごはん さとう マロニー ノンエッグマヨネーズ	ごはん じゃがいも ジュレ(みずあめ)	コッペパン さらだあぶら スパゲティ ノンエッグマヨネーズ	ごはん でんぶん なたねあぶら	ごはん ごまあぶら さとう ごま
こんにゃく たまねぎ にんじん だいこん はくさい ねぎ きばすかじゅう ブロッコリー カリフラワー えだまめ	にんにく たまねぎ にんじん えだまめ みかん おうとう バインアップル ナタデコ ジュレ(アセロラかじゅう りんごかじゅう)	にんにく たまねぎ にんじん しいたけ こまつな だいこん きゅうり	にんじん たまねぎ えのき はくさい ねぎ	じょうが こんにゃく にんじん もやし たまねぎ さやいんげん きゅうり
23 天皇誕生日	24 ごはん 豆乳みそ汁 三色そぼろ	25 ミルクパン ボトフ ハンバーグトマトソース	26 ごはん ★マーボー春雨 野菜のナムル	27 ゆふっこ給食 ごはん 寄せ鍋 さわらのごまだれ焼き
	ぎゅうにゅう あぶらあげ どうふ みそ どうにゅう わかめ とりにく だいすミート たまごそぼろ	ぎゅうにゅう べーコン ウインナー ハンバーグ(とりにく ぶたにく)	ぎゅうにゅう ぶたにく みそ だいすミート ささみフレーク	ぎゅうにゅう ぶたにく とうふ つくね(とりにく) さわら
	ごはん じゃがいも さらだあぶら さとう	ミルクパン じゃがいも さとう ハンバーグ(さとう)	ごはん はるさめ ごま ドレッシング	ごはん マロニー さとう ごま つくね(ばんこさとう ごまあぶら だいすあぶら)
にんじん たまねぎ しいたけ ねぎ しうがに えだまめ	たまねぎ にんじん きやべつ ブロッコリー ハンバーグ(たまねぎ トマトベースト ににくペースト しうがにペースト)	にんにく じょうが たまねぎ にんじん たけのこ ねぎ きゅうり もやし	にんじん だいこん しいたけ はくさい ねぎ つくね(たまねぎ)にら おろしににく)	