

月			火			水			木			金		
節分 給食では1月27日に登場しましたが、2月3日は節分です。節分にあらわれる鬼をはらうために、豆まきをしますね。また、縁起の良い方向(恵方)を向いてまぎずしを食べたりしますね。今年の恵方は「北北西」です。 			1 エネルギー たんぱく質 しつ 632 kcal 23.7 g 24.2 g コッペパン ぎゅうにゅう ケチャップフランク キャベツのカレーソテー かぼちゃポタージュ 	2 エネルギー たんぱく質 しつ 585 kcal 24.0 g 15.3 g ごはん ぎゅうにゅう はっぼうさい ささみのてんぷら こまつなどしめじのりひたし 	3 エネルギー たんぱく質 しつ 739 kcal 26.4 g 19.8 g ごはん えびのチリソースに♪ アセロラゼリー♪ ぎゅうにゅう ジャガイモとはるさめのいためもの♪ とうもろこしとたまごのスープ♪ 	4 エネルギー たんぱく質 しつ 583 kcal 26.8 g 22.0 g はくさいラーメン♪ にくだんごのもちごめむし♪ ビリカラきゅうり♪ ぎゅうにゅう 								
7 エネルギー たんぱく質 しつ 621 kcal 28.7 g 18.3 g ごはん ぎゅうにゅう とうりのからあげ♪ ジャコビーマン♪ わかめスープ♪ オレンジ♪ 	8 エネルギー たんぱく質 しつ 637 kcal 23.9 g 20.4 g アップルパン♪ はっこうにゅう ポテトミートグラタン♪ ほうれんそうとくるみのサラダ♪ ジュリエンスープ 	9 エネルギー たんぱく質 しつ 642 kcal 23.5 g 20.1 g ピピンパ♪ ぎゅうにゅう カリフラワーのネギサラダ♪ レタスとたまごのスープ♪ こなどうふドーナツ♪ 	10 エネルギー たんぱく質 しつ 600 kcal 25.8 g 17.0 g ごはん ぎゅうにゅう はくさいとこなどうふのにももの さといものごまあえ だいこんのみそしる 	11 けんこきねんのひ 										
14 エネルギー たんぱく質 しつ 676 kcal 26.1 g 15.0 g ごはん ぎゅうにゅう ぶたにくのしょうがやき♪ きんぴらごぼう♪ すましじる♪ わらびもち♪ 	15 エネルギー たんぱく質 しつ 639 kcal 29.9 g 21.6 g たらこスパゲティー♪ とりクリームに♪ レモンゼリー♪ ぎゅうにゅう 	16 エネルギー たんぱく質 しつ 573 kcal 20.4 g 18.0 g わかめごはん♪ ぎゅうにゅう UFOあげ♪ もやしのナムル キムチスープ♪ 	17 エネルギー たんぱく質 しつ 587 kcal 22.1 g 16.2 g ちゅうかふうたきこみごはん♪ とうりのたつたあげ♪ ほうれんそうのおかかあえ♪ はるさめスープ♪ ぎゅうにゅう 	18 エネルギー たんぱく質 しつ 577 kcal 29.4 g 16.1 g こくとうパン ぎゅうにゅう とりささみのスパイシーあげ♪ ブロッコリーのソテー♪ コーンポタージュ♪ 										
21 エネルギー たんぱく質 しつ 651 kcal 25.9 g 17.5 g きつねうどん♪ おにぎり しやものてんぷら♪ キャベツのごまあえ くるみもち♪ ぎゅうにゅう 	22 エネルギー たんぱく質 しつ 611 kcal 22.5 g 21.5 g コッペパン ぎゅうにゅう スペニッシュオムレツ こまつなどしめじのソテー ミネストラスープ とうにゅうプリン 	23 てんのうたんじょうび 	24 エネルギー たんぱく質 しつ 593 kcal 26.3 g 17.5 g ごはん ぎゅうにゅう いわしのしょうががに きりぼしだいこんのにももの あおなのむらくもじる 	25 エネルギー たんぱく質 しつ 662 kcal 25.5 g 22.0 g コッペパン ぎゅうにゅう チリコンカン♪ あげじゃが♪ パインゼリー♪ 										
28 エネルギー たんぱく質 しつ 687 kcal 29.0 g 17.9 g ちらしずし ぎゅうにゅう うずらたまごやさいのいためもの♪ あさりのみそしる ひなあられ 	2/10 おら村の郷土米料理 白菜と粉豆腐の煮物 昔、草草地区で生産されていた、凍り豆粉の粉を粉豆腐と いいです。野菜と一緒に煮ると、ふわっとやさしい味でとてもおいしいです。給食ではいつも入っています。  レシピあり 		2/9 粉豆腐を使ったアレンジメニュー 粉豆腐 ドーナツ ぜひ思い出アネクトでも人気♪  		思い出の給食アネクト 中学3年生が卒業までにもう一度食べたいメニューを3学期にできるだけ取り入れていきます。♪のついたメニューです。詳しい内容はこちら↓  									

