



# 2月のこんだてひょう



平成31年(2019年)

甲斐市立竜王東小学校

日 曜日	こんだてめい	あかのしょくひん	みどりのしょくひん	きいろのしょくひん	備考
		ち・にくになるもの	からだのちゅうしをととのえるもの	ねつ・ちからになるもの	
2/1 (金)	※節分の日献立 むぎごはん			こめ むぎ	
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう			
	いわしおマスタードフライ	いわし あおのり	にんにく しょうが	こむぎこ あぶら パンこ	
	とうふのうまに	とうふ うずらたまご とりささみ	にんじん はくさい たまねぎ たけのこ チンゲンサイ しいたけ しょうが きくらげ	かたくりこ	
	わかめのみそしる ふくまめ	わかめ あぶらあげ みそ だいず	ねぎ こまつな まいたけ		
4 (月)	パングラタン	チーズ いか あさり	たまねぎ パセリ コーン	しょくパン ベシャメルソース	
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう	マッシュルーム	なまクリーム バター	
	エンサラダ	ベーコン	キャベツ ブロッコリー にんじん コーン きゅうり レモンかじゅう		
	ベジタブルスープ		レタス だいこん たまねぎ こまつな にんじん えのきたけ		
	しらたまポンチ		パイン オレンジジュース ナタデココ	いちごゼリー しらたま	
5 (火)	むぎごはん			こめ むぎ	
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう			
	さんがやき	あじ とりにく ひじき ぎゅうにゅう たまご みそ	たまねぎ にんじん ごぼう しょうが	パンこ ごま さとう かたくりこ	
	こんにゃくのおかかに もずくのみそしる	ちくわ かつおぶし もずく みそ とうふ	いんげん にんじん だいこん こんにゃく にんじん こまつな しいたけ ねぎ	さとう	
6 (水)	さけわかめごはん	わかめ さけ		こめ むぎ	
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう			
	てばのからあげ	とりにく	にんにく しょうが	かたくりこ あぶら	縦割り給食
	やさいのキムチあえ	ちくわ	キャベツ きゅうり にんじん コーン	ごまあぶら さとう	
	とうふのすましじる	とうふ	みずな しいたけ にんじん しめじ		
チョコカップケーキ	とうにゅう		こめこ チョコレート あぶら		
7 (木)	むぎごはん			こめ むぎ	
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう			
	さばのみそに	さば みそ	しょうが	さとう	
	いりどうふ	とうふ とりにく たまご	たまねぎ にんじん ねぎ しいたけ しょうが えだまめ	さとう	
	だんごじる きっかみかん	みそ	にんじん たまねぎ はくさい こまつな みかん	おじゃがもちボール	
8 (金)	しょくパン ミックスジャム			しょくパン ミックスジャム	
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう			
	とりにくのトマトジャムやき	とりにく	あかさかトマト にんにく しょうが	さとう オリーブオイル	
	ジャーマンポテト コーンといとかまぼこのスープ	ウインナー かまぼこ あさり たまご	たまねぎ コーン えだまめ パセリ コーン にんじん たまねぎ こまつな えのきたけ	じゃがいも バター かたくりこ	
12 (火)	むぎごはん			こめ むぎ	
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう			
	さんまのかばやき	さんま	しょうが	あぶら さとう ごま かたくりこ	
	きりぼしだいこんのナムル		きりぼしだいこん にんじん コーン ほうれんそう だいずもやし	ごま ナムルドレッシング	
	えのきのかきたまスープ	たまご とうふ かまぼこ	こまつな しいたけ にんじん えのきたけ しめじ		
13 (水)	いよかん		いよかん		
	チキンライス	とりにく	たまねぎ にんじん マッシュルーム グリーンピース コーン トマト	こめ むぎ バター	
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう			
	チーズいりミートローフ	ワインビーフ ぎゅうにゅう ぶたにく たまご チーズ	にんにく しょうが パセリ たまねぎ コーン	パンこ	
	マカロニスープ		だいこん たまねぎ にんじん こまつな レタス	マカロニ	
アセロラゼリー			アセロラゼリー		

14 (木)	※バレンタインデー献立 フルーツパン		パイン みかん いちご	コッペパン なまクリーム
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう		
	ハートのコロッケ			さつまいも ジャがいも あぶら パンこ こむぎこ
	ミネストローネ	ウインナー あさり	にんじん たまねぎ セロリー ごぼう こまつな キャベツ あかさかトマト	バター ジャがいも オリーブオイル
	フルーツあんじん		パイン みかん おうとう	あんじんどうふ
15 (金)	むぎごはん			こめ むぎ
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう		
	デミカレー	ワインビーフ ぎゅうにゅう スキムミルク	たまねぎ にんじん にんにく りんご しょうが ぶくじんづけ あかさかトマト	あぶら カレールー
	ミニオムレツ	たまご		
	かいそうサラダ	わかめ とりにく	キャベツ ブロッコリー パプリカ コーン	
	ミックスゼリー		オレンジジュース	カクテルゼリー
18 (月)	ゆかりごはん		ゆかり	こめ むぎ
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう		
	あかうおのあますあんかけ	あかうお	たまねぎ にんじん ピーマン	さとう かたくりこ ごまあぶら
	さつまいものごまあえ		えだまめ コーン にんじん ごぼう	さつまいも ごま さとう
	いとかまぼこのすましじる	かまぼこ とうふ わかめ	こまつな しいたけ にんじん	
	きっかみかん		みかん	
19 (火)	むぎごはん			こめ むぎ
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう		
	とうふのにくみそやき	とうふ ぶたにく チーズ とりにく みそ だいず	たまねぎ しいたけ たけのこ	さとう ごまあぶら
	ひじきサラダ	ひじき	ヤングコーン キャベツ えだまめ パプリカ	ナムルドレッシング
	りきゅうじる	あつあげ ぶたにく みそ トウバンジャン	だいこん れんこん こんにゃく にんじん ねぎ こまつな	ごま あぶら
20 (水)	メンチカツバーガー	ワインビーフ たまご ぶたにく スキムミルク	たまねぎ にんじん キャベツ にんにく しょうが	こめこパン パンこ こむぎこ あぶら さとう
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう		
	ポテトソテー	ウインナー	たまねぎ コーン パセリ	ジャがいも バター
	わかめスープ	わかめ とうふ	ねぎ にんじん こまつな	ごまあぶら
21 (木)	むぎごはん			こめ むぎ
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう		
	ホキのピザやき	ホキ チーズ	にんにく しょうが たまねぎ ピーマン トマト	
	くきわかめのきんぴら	くきわかめ ぶたにく	ごぼう にんじん こんにゃく	さとう ごまあぶら
	つみれじる	つみれ とうふ みそ	こまつな にんじん だいこん ねぎ	
	デコボン		デコボン	
22 (金)	とりそぼろどん	とりにく たまご	グリーンピース ごぼう にんじん	こめ むぎ さとう あぶら
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう		
	ビーンズサラダ	だいず ハム	コーン きゅうり えだまめ コーン ブロッコリー	ごま マヨネーズ マカロニ
	こうやとうふのみそじる	こうやとうふ みそ	たまねぎ にんじん はくさい えのきたけ こまつな まいたけ	
	やわらかプリン	ぎゅうにゅう スキムミルク		プリンのもと
25 (月)	むぎごはん			こめ むぎ
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう		
	あじのなんぶやき	あじ みそ	しょうが	さとう ごま
	こうやとうふいりおやこに	こうやとうふ たまご とりにく	にんじん たまねぎ たけのこ ニラ	ジャがいも さとう
	キャベツのみそじる	みそ	キャベツ たまねぎ にんじん えのきたけ こまつな	
	きなこだんご	きなこ		しらたまもち さとう
26 (火)	マーボーラーメン	ぶたにく とうふ みそ コチュジャン トウバンジャン	ねぎ ニラ たまねぎ にんじん にんにく しょうが ほうれんそう たけのこ きくらげ しいたけ	ちゅうかめん かたくりこ ごまあぶら
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう		
	にたまご	たまご		さとう
	ナムル		こまつな にんじん もやし こんにゃく	ごま ナムルドレッシング
いちごババロア	ぎゅうにゅう		いちごジャム チョコレート なまクリーム	
27 (水)	むぎごはん			こめ むぎ
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう		
	とりにくのカレーマヨネーズやき	とりにく チーズ	たまねぎ パセリ	マヨネーズ
	わかめとえのきたけいため	わかめ かつおぶし	キャベツ えのきたけ	ごまあぶら
	だんごじる	とうふ みそ	しょうが にんじん こまつな ねぎ しいたけ はくさい	ながいも こむぎこ しらたまこ ごまあぶら
むらさきいもチップス			むらさきいも あぶら	
28 (木)	むぎごはん			こめ むぎ
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう		
	いかのサラサあげ	いか	にんにく しょうが	さとう ごま あぶら かたくりこ
	チキンのホットサラダ	とりにく	かぼちゃ たまねぎ しめじ コーン パプリカ	はちみつ オリーブオイル
とうにゅうじる	とうにゅう とうふ みそ	ごぼう にんじん こんにゃく たまねぎ えのきたけ こまつな	あぶら	

\*都合により変更する場合があります。

