

2月 よていこんだてひょう



食品群	体内でのほたらき
赤の食品	血や肉、骨をつくる
黄の食品	働く力や体温となる
緑の食品	体の調子をととのえる

※材料、その他の都合により献立を変更することがあります。
※魚には骨がある可能性があります、気をつけて食べましょう。

こ ん だ て	<p>みなさん、食事の前にきちんと手洗い していますか？ 寒い日は手を洗うことが面倒に感じる かもしれませんが、手洗いは食中毒や かぜの予防につながります。 こまめに手洗いをして、元気に2月を 過ごしましょう。</p>		<p>2月1日(木)は 名古屋グランパス がんばれ！こんだて だよ♪</p> <p>グランパスカラーの グランパスレッドを アセロラで、グランパス イエローをパインやみかんで イメージしたフルーツポンチです。</p>		1(木) グランパス応援献立	2(金) 3(土)は節分				
	あか	<p>ごはん</p> <p>なすみそいため</p> <p>レタスの かきたまじる</p>		<p>ごはん</p> <p>シークワサーゼリー</p> <p>キャベツのメンチカツ</p> <p>たかなたきこみごはん</p>		<p>ごはん</p> <p>はるさめスープ</p>				
	き	<p>ごはん</p> <p>ホイコーロー</p>		<p>ごはん</p> <p>トマトオムレツ</p> <p>コッペパン</p> <p>ふゆやさいの クリームに</p>		<p>ごはん</p> <p>キャベツのおかかいため</p> <p>とんじる</p>				
	みどり	<p>ごはん</p> <p>アセロラポンチ</p>		<p>ごはん</p> <p>やさいカレー</p>		<p>ごはん</p> <p>だいこんのうまに</p>				
あか	<p>ぎゅうにゅう、とりにく、たまご ぶたにく、だいず、あつあげ、みそ</p>		<p>ぎゅうにゅう、ぶたにく、とりにく</p>		<p>ぎゅうにゅう、とりにく、白いんげん豆 だしふんにゅう、たまご</p>		<p>ぎゅうにゅう、ぶたにく、みそ あつあげ、かつおぶし</p>			
き	<p>こめ、でんぶん、だいず油、ごま油 さんおんとう</p>		<p>こめ、おむぎ、だいず油、ごま油 さとう、ラード</p>		<p>こめ、はるさめ、だいず油 さんおんとう、ごま油、でんぶん</p>		<p>こむぎこ、じゃがいも、だいず油 マーガリン、さとう</p>		<p>こめ、さといも、だいず油</p>	
みどり	<p>コーン、にんじん、レタス ほうれんそう、なす、たまねぎ きぬさや、にんにく、しょうが</p>		<p>にんじん、たまねぎ、たかな、しいたけ コーン、にんにく、キャベツ シークワサー、さとうきび</p>		<p>しいたけ、こまつな、にんじん、ほくさい キャベツ、たまねぎ、ピーマン たけのこ、きくらげ、にんにく、しょうが</p>		<p>南小6学年 ※使用食材には★をつけています。</p>		<p>こん、にんじん、こんにやく たけ、ねぎ、キャベツ、たまねぎ つな</p>	
こ ん だ て	<p>12(月) 建国記念の日 振替休日</p> <p>苦手なもの ひとくちチャレンジ♪</p>		<p>13(火)</p> <p>スライスチーズ タコライス(具)</p> <p>ごはん アーサじる</p>		<p>14(水)</p> <p>チキンのトマトに</p> <p>あみパン カレースープ ★ココアあげパン(中3のみ)</p>		<p>15(木)</p> <p>せんぎりイリチー</p> <p>ごはん だいこんのみそしる</p>		<p>16(金) ナンカヌスク(旧1/7)</p> <p>シークワサー シャーベット</p> <p>いもてんぷら</p> <p>ナーजूシーヌンクーグワー (ポロボロジョーシー)</p>	
あか	<p>ぎゅうにゅう、アーサ、とうふ、ぶたにく だいず、とりレバー、チーズ</p>		<p>ぎゅうにゅう、だしふんにゅう とりにく、無えんせきベーコン</p>		<p>ぎゅうにゅう、あぶらあげ、わかめ みそ、ぶたにく、かまぼこ、こんぶ</p>		<p>ぎゅうにゅう、ぶたにく、こんぶ チキアギ、あつあげ</p>		<p>こめ、だいず油</p>	
き	<p>えのき、ねぎ、たまねぎ、にんじん コーン、あかピーマン、ピーマン トマト、みかん</p>		<p>たまねぎ、にんじん、ほうれんそう キャベツ、コーン、黄ピーマン、にんにく えだまめ、マッシュルーム、トマト</p>		<p>だいこん、こまつな、にんじん こんにやく、しいたけ、いんげん 角切大根</p>		<p>こめ、おむぎ、だいず油、でんぶん さんおんとう、さつまいも、こむぎこ、 ★さとう</p>		<p>にんじん、よもぎ、キャベツ、からしな こまつな、だいこん、しいたけ さとうきび、★シークワサー</p>	
みどり	<p>19(月)</p> <p>もずくどん(具)</p> <p>ごはん きのこじる</p>		<p>20(火)</p> <p>あじのいそべあげ</p> <p>ごはん につけ</p>		<p>21(水)</p> <p>からしなチャンプルー</p> <p>ごはん とりにくとだいこんのしる</p>		<p>22(木)</p> <p>こめタルト</p> <p>みそラーメン(具)</p> <p>ちゅうかめん ♥みそラーメン (汁)</p>		<p>23(金) 天皇誕生日</p> <p>きゅうれきがつ には 旧暦1月7日は、 ナンカヌスク(沖繩風七草)</p> <p>ほんど はる ななくさ た 本土では春の七草を食べ ますが、四季の変化が はっきりしていない沖繩で は、沖繩でとれる季節の 野菜や野草を使います。</p>	
あか	<p>ぎゅうにゅう、とりにく、もずく、ぶたにく だいず</p>		<p>ぎゅうにゅう、ぶたにく、あつあげ こんぶ、かまぼこ、あじ、青のり</p>		<p>ぎゅうにゅう、とりにく、こんぶ ぶたにく、チキアギ、とうふ</p>		<p>ぎゅうにゅう、なると、わかめ、みそ ぶたにく、とうにゅう、だいずこ</p>		<p>はつきりしていない沖繩で は、沖繩でとれる季節の 野菜や野草を使います。</p>	
き	<p>こめ、だいず油、さんおんとう でんぶん</p>		<p>こめ、さんおんとう、でんぶん だいず油</p>		<p>こめ、だいず油</p>		<p>こむぎこ、ごま油、ごま、さんおんとう だいず油、さとう、こめこ、でんぶん</p>		<p>しょうが、にんにく、にんじん、キャベツ もやし、たけのこ、コーン、もも</p>	
みどり	<p>しめじ、えのき、だいこん、こまつな もやし、にんじん、たまねぎ、えだまめ コーン、しょうが、にんにく</p>		<p>こんにやく、にんじん、だいこん いんげん</p>		<p>だいこん、にんじん、こまつな、しょうが からしな、もやし</p>		<p>しょうが、にんにく、にんじん、キャベツ もやし、たけのこ、コーン、もも</p>			
こ ん だ て	<p>26(月)</p> <p>ちゅうかいため</p> <p>ごはん わかめスープ</p>		<p>27(火)</p> <p>いちごクリームだいふく</p> <p>おきなわちゃんぽんどん</p> <p>ごはん なすのみそしる</p>		<p>28(水)</p> <p>おうとう</p> <p>ごはん ハヤシライス</p>		<p>29(木)</p> <p>ふりかけ</p> <p>はくさいとひきにくいため</p> <p>ごはん さかなそうめんじる</p>		<p>アレルギー物質を含む 食品の表示について</p> <p>料理別に食品を明記した 献立表を準備しています。 少し読みたいですが必 要な方は担任へ申し出 てください。</p>	
あか	<p>ぎゅうにゅう、ちくわ、とうふ、わかめ ぶたにく、なると、あつあげ</p>		<p>ぎゅうにゅう、ぶたにく、あぶらあげ みそ、たまご、チキアギ、とうにゅう だいずこ</p>		<p>ぎゅうにゅう、ぎゅうにく だしふんにゅう</p>		<p>ぎゅうにゅう、さかなそうめん、もずく ぶたにく、だいず、とうふ、かつおぶし のり</p>			
き	<p>こめ、ごま、だいず油、ごま油 さんおんとう、でんぶん</p>		<p>こめ、だいず油、さとう、もちこ</p>		<p>こめ、こむぎこ、マーガリン、だいず油 さとう</p>		<p>こめ、だいず油、でんぶん さとう</p>			
みどり	<p>もやし、ねぎ、にんじん、たまねぎ キャベツ、きくらげ、たけのこ きぬさや、しょうが、にんにく</p>		<p>なす、たまねぎ、にんじん、ねぎ キャベツ、もやし、きくらげ、こまつな いちご、りんご</p>		<p>にんじん、たまねぎ、マッシュルーム コーン、グリーンピース、トマト、にんにく おうとう、さとうきび</p>		<p>しめじ、だいこん、ねぎ、にんじん もやし、はくさい</p>			