



2月分学校給食献立表

美里町立美里中学校

給食目標：食事のマナーを守って食事をしよう

月 MON	火 TUE	水 WED	木 THU	金 FRI
<p>口に食べ物をいれたまま話さない</p> <p>おわんを持って食べる</p> <p>マナーを守ってみんなが気持ち良く食事できるようにしよう</p> <p>苦手なものでも一口チャレンジ！</p> <p>食事中は姿勢よく座って食べる</p>				
<p>5 豆腐にはたんぱく質がたっぷり</p> <p>春雨サラダ</p> <p>ごはん</p> <p>ショウロンポウ</p> <p>マーボー豆腐</p> <p>牛乳</p>	<p>6 ツイストパンの揚げパン♪</p> <p>チーズ</p> <p>ツナとポパイのサラダ</p> <p>揚げパン</p> <p>かぶと鶏肉のスープ</p> <p>きなこ</p> <p>牛乳</p>	<p>7 さけの栄養は？</p> <p>きゅうりとわかめのさっぱり和え</p> <p>おにぎり</p> <p>さけの香味焼き</p> <p>じゃがいものみそ汁</p> <p>牛乳</p>	<p>1 ごはんによくあうしょうが焼き</p> <p>たくあん</p> <p>サラダ</p> <p>ごはん</p> <p>豚のしょうが焼き</p> <p>わかめスープ</p> <p>牛乳</p>	<p>2 節分献立！</p> <p>鶏ごぼう</p> <p>ごはんの具</p> <p>ごはん</p> <p>いわしのかぼすみそ煮</p> <p>福豆</p> <p>のっぺい汁</p> <p>牛乳</p>
<p>12 振替休日</p>	<p>13 野菜たっぷりコンソメスープ</p> <p>ヨーグルト</p> <p>ポテトサラダ</p> <p>ハンバーグ</p> <p>トマトソース</p> <p>ライスボールパン</p> <p>コンソメスープ</p> <p>牛乳</p>	<p>14 チョコ入りココア蒸しパン</p> <p>海藻サラダ</p> <p>おにぎり</p> <p>ココア蒸しパン</p> <p>冬野菜と肉団子のスープ</p> <p>牛乳</p>	<p>15 大沢小学校リクエスト給食</p> <p>みかんゼリー</p> <p>ごま和え</p> <p>ごはん</p> <p>たれカツ</p> <p>けんちん汁</p> <p>牛乳</p>	<p>16 たこ型のたこ焼き</p> <p>ナムル</p> <p>たこ焼き</p> <p>ホット中華麺</p> <p>みそラーメン汁</p> <p>牛乳</p>
<p>19 食育の日！！</p> <p>れんこんの金平</p> <p>広島菜めし</p> <p>豆腐</p> <p>ハンバーグ</p> <p>大根と豚肉の煮込み</p> <p>牛乳</p>	<p>20 コロッケをパンにはさんで食べよう</p> <p>チーズ</p> <p>サラダ</p> <p>こどもパンスライス</p> <p>コロッケ</p> <p>コーンクリームスープ</p> <p>飲むヨーグルト</p>	<p>21 ひじきはどんな食べ物？</p> <p>おかか和え</p> <p>おにぎり</p> <p>厚焼きたまご</p> <p>おろしかけ</p> <p>じゃがいもの磯煮</p> <p>牛乳</p>	<p>22 野菜を食べましょう</p> <p>野菜炒め</p> <p>ごはん</p> <p>塩から揚げ</p> <p>ふりかけ</p> <p>白菜のみそ汁</p> <p>牛乳</p>	<p>23 天皇誕生日</p>
<p>26 カルシウムをとろう</p> <p>大根のピリッと漬け</p> <p>ごはん</p> <p>白身魚の南蛮漬け</p> <p>すまし汁</p> <p>牛乳</p>	<p>27 美里中3-3リクエスト献立</p> <p>フルーツ</p> <p>ポンチ</p> <p>メロンパン</p> <p>白ぶどう&ほうれんそう</p> <p>チキンのフレーク焼き</p> <p>アルファベットスープ</p>	<p>28 よくかんで食べよう</p> <p>スイートポテト</p> <p>きゅうりの香り漬け</p> <p>おにぎり</p> <p>レバーとじゃがいもの揚げ煮</p> <p>ワンタンスープ</p> <p>牛乳</p>	<p>29 ブロッコリーは冬野菜</p> <p>ブロッコリーのマヨ和え</p> <p>ごはん</p> <p>フランクのケチャップかけ</p> <p>ポークハヤシ</p> <p>牛乳</p>	<p>毎週水曜日は「おにぎりの日」</p> <p>おにぎりは1～2個くらいが適量です。おにぎりの中身は「梅干し」のみ、海苔は巻いても巻かなくても、自由です。</p>