

2月の こんだて

表: 2/1~2/20

「福はうち、鬼はそと。」

2月には節分があります。

節分には、季節を分けるという

意味があります。

外は寒いですが春はもうすぐです。

しっかり食べて頑張りましょう！

※卵関連食品は● 小麦関連は△
エビ・カニは◎ イカ・タコは◆
貝類は☆のマークをつけています。
乳製品は★魚卵は■です。

※こんだては材料搬入の都合により
多少変更することがあります。

※栄養価 中学部高等部のエネル
ギー量を記載しています。中学部高
等部が1に対して、小学部低学年が
約7割、小学部高学年は約8割です。

節分メニュー

1日(土)	4日(火)	5日(水)	6日(木)	7日(金)	10日(月)
【牛乳】 ★牛乳	【牛乳】 ★牛乳	【牛乳】 ★牛乳	【牛乳】 ★牛乳	【牛乳】 ★牛乳	【牛乳】 ★牛乳
親子丼	大豆ごはん	ごはん	むぎごはん	アップルパン	ごはん
はいが精米 とりモモ肉 米油 干し椎茸 にんじん 玉葱 ●たまご 青ねぎ かつお昆布だし 出汁昆布 削り節 うすくちしょうゆ さとう 酒 みりん かたくり粉	はいが精米 出汁昆布 大豆水煮 うすくちしょうゆ 酒 塩 いわしのかば焼き風 いわし 米粉 かたくり粉 米揚げ油 こいくちしょうゆ さとう 酒 みりん かつお昆布だし	はいが精米 ズンドウブチゲ 豚モモ肉 にんにく しょうが 米油 とうふ 玉葱 ごぼう にんじん エリンギ 青ねぎ 鳥がらだし とりガラ 塩 赤みそ 水あめ こいくちしょうゆ さとう 酒 みりん 豆板醤 ごま油	はいが精米 むぎ 五目旨煮 とりむね肉 じゃがいも 玉葱 にんじん だいこん あつあげ 板こんにやく むきえだまめ かつお昆布だし 出汁昆布 削り節 うすくちしょうゆ こいくちしょうゆ さとう 酒 みりん ほうれん草の白和え ほうれんそう にんじん 干し椎茸 かつお昆布だし こいくちしょうゆ さとう 酒 とうふ 白みそ さとう みりん 白ごま 味付けのり	△アップルパン ウインナーと大豆の シチュー ウインナー じゃがいも 玉葱 にんじん エリンギ 大豆水煮 米油 コーンスターチ ★バター ★牛乳 白ワイン 鳥がらだし とりガラ 塩 こしょう ブロッコリー わかめサラダ わかめ にんじん さんどまめ こいくちしょうゆ 酒酢 みりん 米油 白ごま	はいが精米 松風焼き とりミンチ しょうが 白ねぎ とうふ じゃがいも みそ うすくちしょうゆ さとう 酒 こいくちしょうゆ さとう みりん けし(乾) 五目煮 せん切りだいこん ぜんまい水煮 つきこんにやく にんじん うす揚げ 米油 うすくちしょうゆ こいくちしょうゆ さとう 酒 みりん かつお昆布だし 出汁昆布 削り節 はくさいのみそ汁 はくさい じゃがいも とうふ えのきだけ 青ねぎ かつお昆布だし 出汁昆布 削り節 みそ
たくあん炒め 刻みたくあん ごま油 白ごま 酒 たくあん成分表 糖類 食塩 小麦蛋白酵素分解物 酒精 醸造酒 とうがらし	ごぼうのみそ汁 ごぼう とうふ にんじん わかめ 青ねぎ かつお昆布だし 出汁昆布 削り節 みそ	もやし にんじん こまつな こいくちしょうゆ さとう みりん 酒酢 ごま油 白ごま	味付けのり		
746kcal	775kcal	729kcal	748kcal	917kcal	795kcal