



	Monday	Tuesday	Wednesday	Thursday	Friday	Saturday
	2月3日は節分 節分の豆まきは、季節の変わり目に起きやすい 体調不良を払い、福を呼び込むために行います。 今年の恵方は東北東です。 			1	2	3
給食				ごはん 鶏つくね煮 きゅうりの酢の物 みかん	キンパ 豆腐のそぼろ煮 いんげんのごま和え すまし汁	ごはん 白身魚の甘酢あんかけ さつま芋サラダ バナナ
午前おやつ				人参蒸しパン	おやつ	おやつ
午後おやつ				おやつ	鬼ドーナツ	おやつ
	5	6	7	8	9	10
給食	ごはん ブルコギ風 中華風春雨サラダ わかめスープ	芋ごはん 魚のおろし煮 ブロッコリーソテー バナナヨーグルト	ナポリタンスパゲティ ポテトサラダ コンソメスープ いちご	ごはん 豚肉のガーリック炒め 白菜の煮浸し 味噌汁	ごはん 魚とじゃが芋の磯風味 ひじきサラダ 味噌汁	ごはん 鶏肉の治部煮 菜の花和え りんごのコンポート
午前おやつ	ジャムクラッカーサンド	おやつ	おやつ	食パンラスク	おやつ	おやつ
午後おやつ	おやつ	黒ごまチーズボンデケーキ	おかかおにぎり	おやつ	バタークッキー	おやつ
	12	13	14	15	16	17
給食	振替休日	ごはん 油淋鶏 キャベツとりんごのサラダ 中華風コーンスープ	ポークカレー 大根サラダ いちごババロア	炊き込みごはん 魚の幽庵焼き 切干大根の煮物 味噌汁	照り焼きチキン丼 ほうれん草のごま和え 豚汁 オレンジ	わかめごはん 鶏肉と南瓜のクリーム煮 和風サラダ キウイ
午前おやつ		さつま芋蒸しパン	おやつ	ジャムサンド	おやつ	おやつ
午後おやつ		おやつ	フルーツチョコ	おやつ	バナナケーキ	おやつ
	19	20	21	22	23	24
給食	鮭とレタスのチャーハン エビのパン揚げ ナムル 中華スープ	ごはん 肉じゃが 野菜の味噌マヨ和え りんご	ごはん 魚のタルタル焼き ほうれん草のソテー 味噌汁	クロワッサン シェパーズパイ コールスローサラダ ポトフ	天皇誕生日	ごはん ミートローフ じゃが芋の塩唐揚げ 味噌汁
午前おやつ	ホットケーキ	おやつ	マカロニきな粉	おやつ		おやつ
午後おやつ	おやつ	ピザトースト	おやつ	のりおにぎり		おやつ
	26	27	28	29	<div style="border: 1px dashed orange; padding: 10px;"> <p style="text-align: center;">食事で 免疫力・体力UP</p> <p>冬はインフルエンザなどの感染症が流行する季節。まずは体をあたためる料理で体温を上げましょう。</p> <div style="display: flex; justify-content: space-between;"> <div style="width: 45%;"> <p>免疫力アップ ビタミン、ミネラルの多い食材…緑黄色野菜や果物</p> <p>体力をつける 発酵食品…納豆、味噌、ヨーグルトなど</p> </div> <div style="width: 45%; text-align: right;">  </div> </div> </div>	
給食	チャンポン ゆかりおにぎり きゅうりとツナの和え物 みかん	きつねおにぎり すいとん 小松菜のおかか和え バナナ	ごはん のり塩唐揚げ かぼちゃサラダ 具沢山味噌汁	ごはん 鮭のコーンクリーム焼き 野菜ソテー かきたま汁		
午前おやつ	おやつ	フルーチェ	おやつ	コーン蒸しパン		
午後おやつ	スコーン	おやつ	蒸し芋	おやつ		