

ぎゅうにゅう にぼし まいにち  
◎牛乳と煮干しは毎日つきます

月	火	水	木	金
<p>入学・進級 おめでとう!</p>	<p>手洗いを忘れずに</p>	<p>朝ごはんを食べて 毎日元気に登校しよう!</p>	<p>6日</p> <p>セルフチキンカツバーガー (パン、チキンカツ) コンソメスープ スパゲティサラダ</p> <p>※パンにチキンカツをはさんでね</p>	<p>7日</p> <p>チキンカレー カニカマのピリ辛和え 果物(りんご)</p>
	<p>静かに食べよう</p>	<p>赤</p> <p>牛乳 にぼし とりにつく ベーコン ツナ</p> <p>黄</p> <p>パン あぶら カツのころも スパゲティ マヨネーズ</p> <p>緑</p> <p>にんじん たまねぎ キャベツ しいたけ バセリ きゅうり</p> <p>中</p> <p>817kcal</p>	<p>赤</p> <p>牛乳 にぼし とりにつく カニカマ ヨーグルト チーズ</p> <p>黄</p> <p>こめ むぎ あぶら バター ジャがいも</p> <p>緑</p> <p>しょうが にんにく たまねぎ にんじん えだまめ トマト きゅうり もやし りんご</p> <p>小</p> <p>659kcal</p> <p>中</p> <p>805kcal</p>	
10日	11日	12日	13日	14日 入学・進級お祝い給食
<p>わかめごはん 芋と油揚げの味噌汁 イワシのみぞれ煮 枝豆サラダ</p>	<p>きつねうどん 揚げ焼売(1人2個) しゃきしゃきとえ</p>	<p>ごはん 道産子汁 メンチカツ ゆで野菜のゴマドレ和え</p>	<p>まるパン コーンスープ ニセコ芋の重ね焼き キャベツのサラダ</p>	<p>赤飯 すまし汁 おおい亀田揚げ おひたし おいわいゼリー</p>
赤	赤	赤	赤	赤
黄	黄	黄	黄	黄
緑	緑	緑	緑	緑
小	小	小	小	小
中	中	中	中	中
大	大	大	大	大
17日	18日	19日	20日	21日
<p>ごはん 豆腐とわかめの味噌汁 ほっけフライ 胡麻和え</p>	<p>ミートスパゲティ シーザーサラダ フルーツミックス</p>	<p>ごはん 肉ポールスープ 揚げ餃子(2個) 華風サラダ</p>	<p>セルフハンバーガー (パン、ハンバーグ) ミネストローネ コールスローサラダ</p> <p>※パンにハンバーグをはさんでね</p>	<p>ハヤシカレー ひじきとチーズのサラダ 果物(オレンジ)</p>
赤	赤	赤	赤	赤
黄	黄	黄	黄	黄
緑	緑	緑	緑	緑
小	小	小	小	小
中	中	中	中	中
大	大	大	大	大
24日	25日	26日	27日	28日
<p>ごはん 卵と玉ねぎの味噌汁 さばの和風カレー煮 海藻入りサラダ</p>	<p>焼きそば ワンタンスープ たこ焼き 杏にフルーツミックス</p>	<p>ごはん 大根と揚げの味噌汁 豚の生姜焼き ちくわとキャベツの和え物</p>	<p>かしく角食パン オニオンスープ ミートボールのピザソースかけ カラフルサラダ りんごジャム</p>	<p>たけのご飯 大根となめこの味噌汁 野菜の包み焼き ごぼうとツナのサラダ</p>
赤	赤	赤	赤	赤
黄	黄	黄	黄	黄
緑	緑	緑	緑	緑
小	小	小	小	小
中	中	中	中	中
大	大	大	大	大

◎学校の行事やその他の都合で変更することがあります。◎冷蔵庫など見やすいところに貼ってください。

3つの食品のグループとそのおもな産地

<p>あか 赤</p> <p>体をつくるもとになる</p> <p>肉、魚、卵、大豆・大豆製品、乳・乳製品など</p>	<p>き 黄</p> <p>エネルギーのもとになる</p> <p>米、パン、めん、いもなど</p>	<p>みどり 緑</p> <p>体の調子をととのえる</p> <p>野菜、きのこ、くだものなど</p>
--	---	---

【2月に使用した野菜の主な産地】  
 ・じゃがいも…二セコ・玉ねぎ…二セコ・キャベツ…二セコ・ごぼう…二セコ・小松菜…二セコ・人参…二セコ、茨城・もやし…道内・ブロッコリー…道内・コーン…道内・生姜…四国・白菜…関東・ほうれん草…関東・レタス…静岡・ピーマン…九州・バナナ…フィリピン・バセリ…愛知・なめこ…道内・青梗菜…関東・長ネギ…茨城・にんにく…青森・きゅうり…宮崎・みかん…静岡・大根…茨城・かぶ…茨城・さつまいも…茨城・しめじ…道内・舞茸…道内

今月使用予定の二セコ産の食材

