

<小学校> 2月 基本献立予定表

小山市教育委員会



献立名			栄養価				行事等	
ごはん	パン	牛乳	おかず	エネルギー kcal	たんぱく質 g	脂質 g		食塩相当量 g
		○	カレーうどん 茎わかめサラダ	602	21.3	18.8	3.0	
ごはん		○	鶏肉のレモン煮 白菜スープ ブロッコリーごま風味	652	23.8	22.4	1.8	
ごはん		○	いわしのかば焼き 昆布漬け いものこ汁 福豆	699	29.1	22.9	2.0	【節分献立】
ポークカレー		○	キャベツとコーンのサラダ 県産ヨーグルト	719	21.7	20.9	2.0	
ごはん		○	にしんの照り焼き もやしの香味炒め 豆腐入り肉団子スープ	648	27.7	19.6	1.8	【有機栽培米】
赤飯		○	おとんのみそがらめ しもつかれ すまし汁	686	29.3	20.5	2.4	【わ食の日】 【初午献立】
ピザトースト		○	ゆで野菜 パスタ入り野菜スープ	579	24.6	22.5	2.9	
菜めし		○	きびなごフライ 即席漬 具だくさんみそ汁	647	25.0	18.7	2.6	
ごはん		○	ほっけ塩焼き 大豆の磯煮 根菜のごま汁	636	28.0	18.4	2.5	【有機栽培米】
鶏ごぼうごはん		○	たまご焼き 小松菜とジャコの炒め物 豆腐のみそ汁	633	26.0	21.5	2.7	
ハヤシライス		○	コールスローサラダ ガトーショコラ	790	21.6	25.7	2.0	【バレンタイン】
米パン		○	塩ラーメン シュウマイ ナムル	578	27.0	19.3	3.4	
おさかな丼		○	のりあえ 豚汁	635	25.0	18.8	2.0	【有機栽培米】
ごはん		○	モロのユーリンユイ ワンタンスープ	635	25.4	16.6	2.0	
ごはん		○	ジャージャン豆腐 春雨スープ いちご	624	24.7	16.9	2.4	【いちご提供日】
三色丼		○	わかめスープ	577	24.1	13.5	2.5	
フィッシュバーガー		○	ボイルキャベツ はとむぎ入りミネストローネ	646	26.4	20.0	2.5	【はとむぎ献立】
ごはん		○	韓国風肉じゃが 卵入り五目スープ 韓国のり	600	22.1	13.2	2.0	
チキンライス		○	オムレツ ゆで野菜 ジュリエンヌスープ	616	20.2	21.5	2.9	
ごはん		○	焼き鳥風煮 大根のみそ汁 アセロラゼリー	637	26.5	14.3	2.3	【米粉献立】
ごはん		○	イナダスタミナ焼き 変わりきんぴら みぞれ汁	648	28.2	19.8	1.6	
ホットドッグ		○	ゆでキャベツ よくばりスープ	664	25.0	25.9	2.8	