

<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
ごはん		○	じゃこふりかけ 韓国風肉じゃが みそ汁	624	22.9	15.0	2.4	【有機栽培米】
ごはん		○	イワシごまみそ煮 昆布漬け いものこ汁 福豆	650	25.8	20.9	2.0	【節分献立】 【有機栽培米】
ごはん		○	マーボー豆腐 揚げギョーザ バンサンスー	730	27.2	23.4	2.0	【有機栽培米】
ごはん		○	お魚丼の具 海藻サラダ みそ汁	625	22.8	20.1	2.1	【有機栽培米】
コッパン	みかんジャム	○	焼きそば ジャーマンスープ	631	22.6	16.6	2.9	
赤飯	ごま塩	○	おとんのみそがらめ しもつかれ すまし汁	780	30.5	23.0	1.7	【おやまわ食の日】 【初午献立】
麦ごはん		○	チキンカレー こんにゃく入りゆで野菜 アセロラミルクゼリー	698	19.5	19.1	2.1	
鶏ごぼうごはん		○	厚焼き卵 のりあえ みそ汁	594	21.9	16.1	2.7	
ごはん		○	サバのスタミナ焼き 切り干し大根の中華煮 なめこ汁	660	28.9	21.0	2.4	
ハンバーガー	(丸パン)	○	花野菜サラダ クラムチャウダー チョコプリン	653	26.8	23.5	3.0	【バレンタイン献立】
ごはん		○	豚肉コロッケ ひじきの煮物 みそ汁	680	18.4	20.2	2.3	【有機栽培米】
ごはん		○	変わりビビンバ ナムル 卵スープ	657	23.6	19.8	2.4	【有機栽培米】
ごはん		○	モロのチリソース ワンタンスープ いちご	632	26.0	14.7	2.3	【有機栽培米】
チャーハン		○	ポークしゅうまい 春雨サラダ わかめスープ	561	20.9	15.2	2.8	【有機栽培米】
米パン		○	茎わかめサラダ しょうゆラーメン 豆乳パンナコッタ	562	23.0	18.4	3.1	
ごはん		○	よだれ鶏 チョレギ風サラダ 卵入りとうもろこしスープ	603	26.9	15.2	2.3	
ごはん		○	小山産納豆 ごぼうのごま煮 みそ汁	619	23.4	18.1	1.8	
ごはん		○	アジフライ コールスローサラダ 豚汁	652	23.4	19.4	2.2	
キャラメル揚げパン		○	ブロッコリーのごま風味あえ 肉だんごスープ	666	23.0	26.3	2.8	
ツナサンド		○	塩レモンサラダ ミネストローネ	638	24.3	24.8	2.6	