

平成27年2月 給食献立表

エ：エネルギー，タ：タンパク質，脂：脂質

日付	献立(アレルゲン)	栄養価
2月1日 (日曜日)	お休み	
2月2日 (月曜日)	ポークカレー (小麦・大豆・乳・鶏) サブランライス (小麦) 福神漬 (小麦・大豆) 野菜の青じそサラダ (小麦・大豆) プリン (大豆・卵・乳)	小麦, 大豆, 卵, 鶏肉, 乳 エ: 830kcal タ: 19.8g 脂: 16.8g
2月3日 (火曜日)	お休み	
2月4日 (水曜日)	ご飯 甘酢あん棒肉団子 (小麦・大豆・乳・鶏) 鶏肉の炒めもの (小麦・大豆・乳・鶏) ミニグラタン (小麦・大豆・乳) じゃがいもの香草和え (小麦・大豆・乳・鶏) おかかふりかけ (小麦・大豆) わかめの味噌汁 (大豆・乳)	小麦, 大豆, 鶏肉, 乳 エ: 753kcal タ: 24.2g 脂: 16.8g
2月5日 (木曜日)	ご飯 オムレツ (小麦・大豆・卵) フランクフルト (大豆・乳) 唐揚げ (小麦・大豆・卵・乳) 揚げ出し豆腐和風あんかけ (小麦・大豆・乳) かぼちゃサラダ (小麦・大豆・卵) 切干大根の味噌汁 (大豆・乳)	小麦, 大豆, 卵, 乳 エ: 907kcal タ: 23.8g 脂: 28.3g
2月6日 (金曜日)	ソフト麺 (小麦) のり玉ごはん (小麦・大豆・卵・乳) かき揚げ (小麦・大豆・エビ) 蓮根のはさみ揚げ (小麦・大豆・卵・鶏) ツナサラダ (小麦・大豆) 大学芋 (小麦・大豆) けんちん汁 (小麦・大豆・乳)	小麦, 大豆, 卵, 鶏肉, 乳, エビ エ: 869kcal タ: 26.9g 脂: 24.0g
2月7日 (土曜日)	お休み	
2月8日 (日曜日)	お休み	
2月9日 (月曜日)	ハヤシライス (小麦・大豆・乳・鶏) 野菜のサラダ (小麦・大豆) ぶどうゼリー	小麦, 大豆, 乳, 鶏肉 エ: 778kcal タ: 20.7g 脂: 16.9g
2月10日 (火曜日)	ご飯 サバの味噌煮 (小麦・大豆) ナポリタン (小麦・大豆・鶏) 野菜のピーナッツ和え (小麦・大豆・落花生) ひじき煮 (小麦・大豆・乳) 鮭ふりかけ (小麦・大豆・乳) 豚汁 (大豆・乳)	小麦, 大豆, 鶏肉, 乳, 落花生 エ: 777kcal タ: 28.2g 脂: 16.1g

日付	献立(アレルゲン)	栄養価
2月11日 (水曜日)	お休み	
2月12日 (木曜日)	ご飯 豆腐ハンバーグ和風ソース (小麦・大豆・卵・乳) 鶏と野菜の炒め煮 (小麦・大豆・乳・鶏) ミニお好み焼き (小麦・大豆・卵・鶏) 和風サラダ (小麦・大豆) ミニゼリー なめこの味噌汁 (大豆・乳)	小麦, 大豆, 卵, 鶏肉, 乳 エ: 755kcal タ: 23.4g 脂: 16.6g
2月13日 (金曜日)	ロールパン (小麦・大豆・乳) のりたまごはん (小麦・大豆・卵・乳) ハートコロッケ (小麦・大豆) 明太子スパゲティ (小麦・大豆・卵) ホワイトサラダ (小麦・大豆・卵) ジャム&マーガリン シチュー (小麦・乳・鶏)	小麦, 大豆, 卵, 鶏肉, 乳 エ: 829kcal タ: 21.8g 脂: 17.8g
2月14日 (土曜日)	お休み	
2月15日 (日曜日)	お休み	
2月16日 (月曜日)	チキンカレー (小麦・大豆・乳・鶏) 福神漬 (小麦・大豆) シーザーサラダ (大豆・卵・乳・鶏) 牛乳プリン (大豆・乳)	小麦, 大豆, 卵, 鶏肉, 乳 エ: 803kcal タ: 25.2g 脂: 21.2g
2月17日 (火曜日)	ご飯 鶏唐揚げ (小麦・大豆・卵・鶏) タルタルソース (大豆・卵) ナムル (小麦・大豆) 漬物 (小麦・大豆) 豆腐の味噌汁 (大豆・乳)	小麦, 大豆, 卵, 鶏肉, 乳 エ: 700kcal タ: 17.5g 脂: 19.2g
2月18日 (水曜日)	ご飯 豚肉の生姜炒め (小麦・大豆) ミニフライ (小麦・大豆・卵・乳・鶏) 欧風バイクドエッグ (大豆・卵・鶏) ポテトサラダ (卵) ゴマ団子 (大豆) 白菜のスープ (小麦・大豆・乳・鶏)	小麦, 大豆, 卵, 鶏肉, 乳 エ: 983kcal タ: 24.1g 脂: 31.6g
2月19日 (木曜日)	ご飯 サーモンフライ (小麦・大豆・卵) 鶏の塩野菜炒め (小麦・大豆・卵・鶏) 野菜のなめ茸和え (小麦・大豆) たらこふりかけ (小麦・大豆) わらび餅 (大豆) にらの味噌汁 (大豆・乳)	小麦, 大豆, 卵, 鶏肉, 乳 エ: 765kcal タ: 23.1g 脂: 18.2g

日付	献立(アレルゲン)	栄養価
2月20日 (金曜日)	混ぜご飯 (小麦・大豆) ロールキャベツ (小麦・大豆・乳・鶏) 野菜のソース炒め (小麦・乳・鶏) キャンディチーズ (乳) マカロニサラダ (小麦・大豆・卵) 大根の味噌汁 (小麦・大豆・乳)	小麦, 大豆, 卵, 鶏肉, 乳 エ: 740kcal タ: 25.1g 脂: 18.0g
2月21日 (土曜日)	お休み	
2月22日 (日曜日)	お休み	
2月23日 (月曜日)	ハヤシライス (小麦・大豆・乳・鶏) さつまいものサラダ (卵) 豆腐のチーズケーキ (大豆・乳)	小麦, 大豆, 乳, 卵, 鶏肉 エ: 910kcal タ: 21.3g 脂: 25.9g
2月24日 (火曜日)	お休み	
2月25日 (水曜日)	ご飯 ハンバーグトマトソース (小麦・大豆・乳・鶏) ペペロンチーノ (小麦) 青菜のバターソテー (小麦・大豆・乳・鶏) ハッシュドポテト たこ焼き (小麦・大豆・卵・鶏) コンソメスープ (小麦・大豆・乳・鶏)	小麦, 大豆, 卵, 鶏肉, 乳 エ: 773kcal タ: 19.7g 脂: 17.3g
2月26日 (木曜日)	ご飯 鶏肉の山賊たれ炒め (小麦・大豆・鶏) こんにゃくの味噌和え (小麦・大豆) 切干大根の炒め煮 (小麦・大豆・乳) 漬物 (小麦・大豆) もやしの味噌汁 (大豆・乳)	小麦, 大豆, 鶏 肉, 乳 エ: 747kcal タ: 19.9g 脂: 15.0g
2月27日 (金曜日)	醤油ラーメン (小麦・大豆・鶏) 菜めしごはん (大豆) 揚げ餃子 (小麦・大豆・乳・鶏) しゅうまい (小麦・大豆・乳・鶏) ワカメ メンマ (小麦・大豆) なると (小麦) チャーシュー (小麦・大豆・卵・乳)	小麦, 大豆, 鶏 肉, 乳 エ: 874kcal タ: 24.0g 脂: 14.7g
2月28日 (土曜日)	お休み	

※茨城県産米を使用しております。
※牛肉はオージービーフを使用しております。
※都合により献立の一部を変更する場合があります。ご了承下さい。