





2月 献立カレンダー



相模中央小学校

	Mon	Tue	Wed	Thu	Fri
昼食					
栄養価		kcal	kcal	kcal	kcal
	2月3日	2月4日	2月5日	2月6日	2月7日
昼食	 2月3日	ホッケ塩焼き 紅あずま甘露煮 コールスローサラダ	たまごコロッケ 三角信田煮 菜の花のお浸し	牛すき焼き丼 さつま揚げとアツアツのピーナッツ和え はちみつレモンゼリー	鶏の唐揚げ キャベツとツナのトマト煮込み オクラと湯葉のお浸し
栄養価		kcal 99	kcal 114	kcal 155	kcal 109
	2月10日	2月11日	2月12日	2月13日	2月14日
昼食	 2月10日	建国記念日	蒸し鶏と野菜のごま風味 ふきの煮物 おくらとひじきの和え物	ためきうどん 肉団子のチーズカレー煮 フルーツ（洋なし缶）	ごろごろ野菜の洋風煮 いんげんと木耳の炒め煮 チョコワッフル
栄養価			kcal 81	kcal 220	kcal 128
	2月17日	2月18日	2月19日	2月20日	2月21日
昼食	 2月17日	チキンのBBQソース かぼちゃの煮物 チンゲン菜のナムル	白身魚竜田揚げ 三角信田煮 カリフラワーサラダ	ポークカレー 枝豆のふわふわ豆腐 杏仁フルーツ	厚揚げとあさりのひじき煮 鶏レバーオイスター炒め コールスローサラダ
栄養価		kcal 92	kcal 93	kcal 107	kcal 102
	2月24日	2月25日	2月26日	2月27日	2月28日
昼食	 2月24日	ポークハヤシ マカロニサラダ フルーツ（みかん缶）	ぶり照り焼き 麻婆茄子 菜の花ちらし	白身フライ キャベツのコンソメ煮 ほうれん草ツナ煮	玉葱と豚肉の甘辛丼 青菜と竹輪の煮浸し いちごゼリー
栄養価		kcal 174	kcal 108	kcal 98	kcal 122

*Kcalにはごはんは含まれていません。表示kcalに2歳～3歳児約135kcal、4歳～約166kcalをプラスしてください。

*都合により、献立を変更する場合があります。