



* こんだてひょう *

令和5年 2月

鯖江市片上小学校

月	火	水	木	金
		1	2	3
		米粉入りパン 甘酢肉団子 小松菜とツナの中華サラダ クリームシチュー	ごはん チキンカレー 海そうサラダ ふくじんづけ	ごはん いわしのかば焼き 大根の梅ソース和え 打ち豆と小松菜のみそ汁 せつぶん豆
			【中学校給食体験6年生】	【節分献立】
エ 炭 夕 脂 塩	エ 炭 夕 脂 塩	エ 704 炭 96 夕 31.9 脂 25.4 塩 3.7	エ 600 炭 102 夕 22.2 脂 14.4 塩 2.6	エ 638 炭 89 夕 27.3 脂 21.1 塩 2.8
6	7	8	9	10
菜花米ごはん いかのあまから煮 わかめのすの物 つき大根の煮物 菜花糖(さいかとう)	ごはん 若狭牛と白山ポークのホイル焼き 越のルビードレッシング和え 山うに入りすまし汁 さつまいもクリーム大福	コッペパン フルーツクリーム和え ポトフ かみかみ小魚	大豆入りわかめごはん あつ焼きたまご 小松菜のおひたし のっぺい汁	ごはん あげシュウマイ キャベツとえだ豆のサラダ ちくぜん煮 ジョア(プレーン味)
【ふるさとの日給食】			【鯖江和膳】	
エ 670 炭 101 夕 25.4 脂 13.4 塩 2.3	エ 723 炭 104 夕 29.0 脂 20.2 塩 1.5	エ 694 炭 99 夕 26.7 脂 24.8 塩 2.7	エ 543 炭 78 夕 22.9 脂 16.3 塩 2.6	エ 631 炭 103 夕 24.5 脂 14.2 塩 2.5
13	14	15	16	17
しうん米ごはん 大豆のいそ煮 菜花のおひたし かき玉汁	ゆかりごはん ゴロゴロいかメンチカツ ぶどう豆 青打ち豆のすまし汁	減量こくとうパン 五目ビーフン もずくスープ シークワサーゼリー	ごはん 肉じゃが ごぼうのごまみそ和え デコポン	ごはん とりのからあげ薬味ソースかけ カラフル野菜いため チンゲンサイのスープ ジョア(ストロベリー味)
【アイアン献立】	【鯖江和膳】	【給食で全国めぐり:沖縄県】	【ごぼう講メニュー】	
エ 571 炭 85 夕 24.5 脂 15.6 塩 2.1	エ 607 炭 92 夕 23.8 脂 18.6 塩 3.2	エ 563 炭 90 夕 22.0 脂 16.4 塩 3.6	エ 631 炭 111 夕 23.7 脂 14.1 塩 1.7	エ 640 炭 99 夕 22.6 脂 18.7 塩 2.6
20	21	22	23	24
とりごぼうごはん 鯖の塩焼き かぶのあまずづけ ふるさと汁	ごはん ぜんまい入り肉そぼろ 三色ナムル 春雨スープ	減量レーズンパン ほうとう 大豆とひじきのサラダ ももゼリー		ごはん ししゃものごま&チーズフリッター キャベツと切りほし大根のおひたし あげとじゃがいものみそ汁
		【給食で全国めぐり:山梨県】		【歯っぴー献立】
エ 688 炭 91 夕 29.2 脂 28.5 塩 3.5	エ 621 炭 86 夕 25.2 脂 20.8 塩 1.4	エ 718 炭 113 夕 25.9 脂 22.1 塩 2.7		エ 612 炭 92 夕 23.1 脂 19.6 塩 2.4
27	28	   こぶまき なます うちまめじる    やぎさば すこ ふのからしあえ		
ごはん ドライカレー パインサラダ レモンヨーグルト	ごはん とうふとなっとうのセレクト ほうれん草ともやしのごま和え 豚汁	【大豆セレクト給食】		
エ 776 炭 110 夕 31.9 脂 25.2 塩 1.8	エ 543 炭 84 夕 22.5 脂 14.7 塩 2.2			

かな？
 でふるさといくつ知っている？
 ふるさと福井の郷土料理