

2月の給食

2月17日（月）

A 献立



B 献立



日付	選択	A 献立	エネルギー (Kcal)	タンパク質 (g)	脂質 (%)	食塩相当量 (g)	B 献立	エネルギー (Kcal)	タンパク質 (g)	脂質 (%)	食塩相当量 (g)	備考
17		ご飯 揚げ鯖のねぎソース 小松菜とじゃこののりあえ 牛乳入り卵の花※ キムチ鍋風みそ汁 はるか					キャロットパン じゃがいものスコップコロッケ※ 大根サラダ ねぎのコンソメスープ りんご					船橋の食材を 食べる日 長ねぎ
(月)		※卵の花（うのはな）は「おから」のこと。たくさんのおと炒め煮します。	852	37.0	31.7	3.1	※スプーンですくって食べる、揚げないコロッケです。	749	29.8	27.8	3.5	

2月18日（火）

A 献立



B 献立



日付	選択	A 献立	エネルギー (Kcal)	タンパク質 (g)	脂質 (%)	食塩相当量 (g)	B 献立	エネルギー (Kcal)	タンパク質 (g)	脂質 (%)	食塩相当量 (g)	備考
18		ご飯 のりの佃煮 レバーのからししょうゆ ごま酢あえ 大根のみそ汁 りんご					ご飯 白身魚の照焼き 小松菜のじゃこゆかりあえ 豚汁 デコボン					船橋の食材を 食べる日 米
(火)	3年なし		732	27.5	23.4	2.5		781	31.5	28.0	2.6	

2月19日（水）

A 献立



日付	選択	A 献立	エネルギー (Kcal)	タンパク質 (g)	脂質 (%)	食塩相当量 (g)
19 (水)	3年なし	ご飯 ししゃものごま揚げ あとひきお煮しめ わかめとねぎのみそ汁	784	30.9	31.3	2.3

B 献立



B 献立	エネルギー (Kcal)	タンパク質 (g)	脂質 (%)	食塩相当量 (g)	備 考
ほうれん草のクリームスパゲッティ ごまドレッシングサラダ ハーブチキン チリポテト オレンジ	786	39.6	37.9	2.5	船橋の食材を 食べる日 ほうれん草

2月20日（木）

A 献立



日付	選択	A 献立	エネルギー (Kcal)	タンパク質 (g)	脂質 (%)	食塩相当量 (g)
20 (木)		キムチチャーハン 揚げぎょうざ ナムル トックのスープ ヨーグルト	781	29.7	28.7	2.8

B 献立



B 献立	エネルギー (Kcal)	タンパク質 (g)	脂質 (%)	食塩相当量 (g)	備 考
ガーリックトースト キャロット・ラペ しらすのペペロンチーノ チリコンカン はるか	808	34.4	31.5	2.7	

2月21日（金）バレンタイン献立です。

A 献立



B 献立



日付	選択	A 献立	エネルギー	たんぱく質	脂質	食塩相当量	B 献立	エネルギー	たんぱく質	脂質	食塩相当量	備 考
			(Kcal)	(g)	(%)	(g)		(Kcal)	(g)	(%)	(g)	
21		ご飯 一口カツ おかかあえ 肉じゃが わかめのみそ汁 清見オレンジ					黒糖食パン はちみつ 鯖のカレーパン粉焼き コールスローサラダ 小松菜のザーサイ 豆のスープ いちご					
(金)			771	33.0	22.4	2.8		796	34.8	30.4	2.1	