

2月

学校給食 予定献立表



牛乳は毎日つきます。♥はリクエスト献立(中3)です

令和6年2月
都立矢口特別支援学校

月	火	水	木	金
節分 2月3日  せつぶん きせつ か わり め という 意味 で、 りっしゅん りっか ・ りっ しゅう りっとう ねん 4 回 あり ます。 今 で は 春 の 節 分 (立 春 の 前 の 日) を い い ます。 こ の 日 は 豆 ま き な ど、 一 年 の 厄 を 払 う 行 事 が 行 わ れ ます。			1 630 kcal 2.6 g ごはん ♥鶏肉のごまみそ焼き 菜花のお浸し ♥きんぴらごぼう 白菜と生揚げのみそ汁	2 730 kcal 2.6 g ♥カレーうどん わかめのごまドレサラダ ♥いちご蒸しパン
5 634 kcal 3.0 g 大豆じゃこごはん いわしのハンバーグ 春菊のおかか和え すまし汁 ♥りんごゼリー	6 683 kcal 2.7 g ピザトースト 鮭のクリームシチュー 水菜のサラダ でこぼん	7 712 kcal 3.0 g ごはん ♥豚肉のガーリック炒め ひじきのマヨサラダ かぼちゃの甘煮 ほうれん草と 大根のみそ汁	8 669 kcal 1.8 g ごはん かじきのチリソースがけ ごま和え カリフラワーと ほたてのカレー炒め ♥豆腐の中華スープ	9 750 kcal 2.7 g こぎつねごはん 里いもと鶏肉のうま煮 ♥キャベツと 玉ねぎのみそ汁 栗入り 蒸しようかん
12 振りかえきゅうじつ 振替休日 	13 726 kcal 2.9 g ♥トマトクリーム・スパゲッティ イタリアンサラダ ベイクドチーズケーキ たの こんだて お楽しみ献立	14 ごぜんじゅぎょう 午前授業 	15 762 kcal 2.4 g ♥チキンカレーライス さつまいもとチーズの 粒マスタード和え いちご	16 765 kcal 3.1 g ごはん ぶり大根 ♥三色ごま和え ♥みそポテト わかめのすまし汁
19 684 kcal 2.3 g ♥牛丼 菜花のからし和え ♥どさんこ汁 はまさき (清見×アンコール×マコット)	20 658 kcal 3.6 g ココアパン ♥シーフードマカロニグラタン 明日葉のツナ和え ♥キャベツのスープ	21 678 kcal 2.8 g ごはん(じゃこふりかけ) ♥鯖の梅みそ焼き お浸し ♥五目ひじき かぼちゃのみそ汁	22 658 kcal 2.6 g ごはん 豚肉の柳川風煮 柚香和え ♥大根ともずくのみそ汁	23 てんのうたんじょうび 天皇誕生日 
26 724 kcal 2.7 g ごはん ♥鯖のみそ煮 ♥コーン和え れんこんと 豚肉のきんぴら かぶのすまし汁	27 618 kcal 2.1 g ♥カレーピラフ ポテトのミルク煮 トマトスープ はるか	28 716 kcal 2.9 g あんかけ焼きそば 生揚げのピリ辛煮 ♥手作りりんごジャムの ヨーグルト	29 660 kcal 3.7 g ごはん えび入り蒸し焼き メンチカツ ♥ブロッコリーのソテー 大根とほたてのサラダ 小松菜ともやしのみそ汁	《2月平均》 エネルギー 692kcal たんぱく質 30.9g 脂質 23.8g 塩分 2.8g