

2月

島中学校



てっちゃん
せんいくん
わしょっくん

鉄分が多い献立の日

食物せんいが多い献立の日

「日本型食事」の日

含め煮

ちくわの磯辺揚げ

うどん

かやくうどん 1日

切り干し大根とツナの煮つけ

いわしの梅煮

豚汁 2日

いり豆

フルーツ盛り合わせ

キャベツのソテー

黒パン

ビーンズシチュー 5日

肉じゃが

シシヤモの天ぷら

のりの佃煮

かきたま汁 6日

ブロッコリーのおかかあえ

豚肉のあんからめ

(麦入り) 豆腐の味噌汁 7日

ナムル

韓国風卵焼き

ヨーグルト

(麦入り) 豆腐チゲ 8日

小松菜のごまあえ

大根と豚肉の煮物

納豆

なめこの岐福(ぎふ)味噌汁 9日

振替休日

12日

チンゲンサイの中華炒め

エビのチリソース煮

ゼリー

豆苗の卵スープ 13日

じゃがいものきんぴら

大豆入りツナごはん

(麦入り) みぞれ汁 14日

ひじきの炒め煮

郡上味噌けいちゃん

(麦入り) たぬき汁 15日

じゃこ飯

黒豆入りかき揚げ

ゼリー

ばち汁 16日

ビーンズサラダ

肉団子のケチャップ煮

チョコクリーム

かぶのスープ 19日

菜の花のおひたし

鶏肉のから揚げ

ふりかけ

岐福(ぎふ)味噌汁 20日

そぼろ炒め

レバーの煮つけ

いよかん

(麦入り) 関東煮 21日

コーンもやし

野菜チップス

ソフト麺

ミートソース 22日

天皇誕生日

23日

豆乳杏仁豆腐

小魚

揚げパン

焼きピーファン 26日

パンサンデー

東坡肉(トンポーロウ)

五目スープ 27日

コーンキャベツ

豆のマリネ

チーズ

(麦入り) ハヤシライス 28日

グリーンポテト

フライビーンズ

ミルク

コッパン

白菜のクリームスープ 29日

このマークは「ふるさと食材の日」
全ての献立に 岐阜県産の食材が使われています。