

# 2月

常磐小



鉄分(てつぶん)が多いこんだての日

食物(しょくもつ)せんいが多いこんだての日

(にほんがたしよじ)「日本型食事」の日

ふくめに  
ちくわのいそべあげ  
いっしょうどん  
かやくうどん 1日

きりぼしだいこんとツナのにつけ  
イワシのうめ  
ぶたじる 2日

フルーツもりあわせ  
キャベツのソテー  
くろパン  
ビーンズシチュー 5日

にくじゃが  
シヤモのてんぷら  
のりのつくだに  
かきたまじる 6日

ブロッコリーのおかかあえ  
ぶたにくのあんからめ  
とうふのみそしる 7日

ナムル  
かんこくふうたまごやき  
ヨーグルト  
とうふチゲ 8日

こまつなごまあえ  
だいこんとぶたにくのもの  
なっとう  
なめこの岐福(ぎふ)みそしる 9日

ふりかえきゅうじつ 12日

チンゲンサイのちゅうかいため  
エビのチリソースに  
とうみょうのたまごスープ 13日

じゃがいものきんぴら  
だいずいりツナごはん  
みぞれしる 14日

ひじきのいために  
ぐじょうみそけいちゃん  
たぬきしる 15日

じゃこめし  
くろまめいりかきあげ  
ゼリー  
ばちじる 16日

ビーンズサラダ  
にくだんごのケチャップに  
チョコクリーム  
かぶのスープ 19日

なのはなのおひたし  
とりにくのからあげ  
ふりかけ  
岐福(ぎふ)みそしる 20日

そばろいため  
レバーのにつけ  
いよかん  
かんとうに 21日

コーンもやし  
やさいチップス  
ソフトめん  
ミートソース 22日

てんのうたんじょうび 23日

とうにゆうあんにんどうふ  
こぎかな  
あげパン  
やきビーフン 26日

パンサンスー  
トンポーロウ  
ごもくスープ 27日

コーンキャベツ  
まめのマリネ  
ハヤシライス 28日

グリーンポテト  
フライビーンズ  
ミルメーク  
はくさいのクリームスープ 29日

このマークは「ふるさとしよさいの日」  
すべてのこんだてにぎふけんさんのしよさいがつかわれています。