

令和4年度

# 2月上旬の給食



2月3日には節分があり、4日は立春でした。暦の上では春ですが、まだまだ寒い日が続きます。寒いながらも梅の開花など、春の気配を感じられます。

体調を崩さないために、生活リズムを整えて、栄養をしっかり補給して、乗り切りましょう！

2月1日 水曜日

\*ほたての中華おこわ \*鶏の七味焼き  
\*ナムル \*ザーザイスープ \*牛乳



2月2日 木曜日

\*きなこ揚げパン \*肉団子と野菜のスープ  
\*ブロッコリーサラダ \*牛乳



2月3日 金曜日

\*大豆ごはん \*イワシのかば焼き  
\*菜花の和え物 \*節分汁 \*牛乳



2月6日 月曜日

\*じゃこ入りたくあんごはん \*みそ煮込みおでん  
\*のり和え \*ぼんかん \*牛乳



2月7日 火曜日

\*みそキムチラーメン \*ほうれん草とコーンのソテー  
\*洋梨のヨーグルトかけ \*牛乳



2月8日 水曜日

\*野菜たっぷりキャベツとひき肉のカレー  
\*もやしのフレンチサラダ \*いちご \*ジョア

