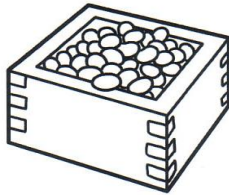


令和2ねんど2がつのこんだてひょう

しょくじのマナーをまもってたべることができるかな。
さいたまけんりつさやまとくべつしえんがっこう

ふくまめ 福豆

節分にいった大豆をまくのは、災いや災害をもたらす鬼の目を打ち払うためだといわれます。豆まきの後、年の数だけ食べて1年の健康を祈ります。



2がつ2にちは、せつぶんこんだて
だいちとうなぎをいれた
ちらしずしができます。

1 (げつ)		2 (か)		3 (すい)		4 (もく)		しょうがくぶ		ちゅうがく	
		せつぶんこんだて		ぼんかん		オレンジジュース		しょうがくぶ		ちゅうがく	
すみそあえ								541	23.4	693	30
ごはん	メバルのたつたあげ	うなぎいりせつぶんちらし	えびサラダ	ブルコギどん	そくせきづけ	ツナトースト	さんしょくサラダ	569	24.2	729	31.0
	ホタテいりもずくスープ	なののはなのすましじる			わかめスープ	やさいとハムのクリームスープ					
しょうがくぶ	ちゅうがくぶ	しょうがくぶ	ちゅうがくぶ	しょうがくぶ	ちゅうがくぶ	しょうがくぶ	ちゅうがくぶ	しょうがくぶ	ちゅうがくぶ	しょうがくぶ	ちゅうがくぶ
541	23.4	610	24.0	543	24.7	537	17.2	569	24.2	729	31.0
8 (げつ)		9 (か)		10 (すい)		11 (もく)		しょうがくぶ		ちゅうがく	
スイートスプリング		ヨーグルト	チーズおかかあえ	ポイルキャベツ		けんこくきねんのひ		しょうがくぶ		ちゅうがく	
チャーハン	かにとやさいのサラダ	ごはん	きんめだいのにつけ	こどもパン	チキンカツ			721		28.3	
	ポテトスープ		だいこんのみそじる		ホワイトシチュー	パレンタインこんだて		721		28.3	
しょうがくぶ	ちゅうがくぶ	しょうがくぶ	ちゅうがくぶ	しょうがくぶ	ちゅうがくぶ	けんこくきねんのひ		しょうがくぶ		ちゅうがく	
565	21.7	605	27.8	715	25.4	けんこくきねんのひ		721		28.3	
15 (げつ)		16 (か)		17 (すい)		18 (もく)		しょうがくぶ		ちゅうがく	
ごぼうとぶたにくのいためもの		いちごジャム	リンゴジュース	11:30けんこくのひ		やさいいため		しょうがくぶ		ちゅうがく	
ごはん	さわらのみそゆうあんやき	ソフトフランスパン	マセドアンサラダ			ごはん	しゃけしおやき	507		24.7	
	すましじる		にくだんごのクリームに				はるさめスープ	507		24.7	
しょうがくぶ	ちゅうがくぶ	しょうがくぶ	ちゅうがくぶ	しょうがくぶ		ちゅうがくぶ	ちゅうがくぶ	507		24.7	
548	25.5	536	17.4	507		24.7	650	507		24.7	
22 (げつ)		23 (か)		24 (すい)		25 (もく)		しょうがくぶ		ちゅうがく	
はるさめサラダ		てんのうたんじょうび		えびとやさいのサラダ		はるか		しょうがくぶ		ちゅうがく	
ごはん	ミートローフ			クロワッサン	ほうれんそうとひきにくのトルティージャ	みそかつどん	なののはなすのもの	616		27.7	
	さつまあげのみそじる				ミネストローネ		すましじる	616		27.7	
しょうがくぶ	ちゅうがく	しょうがくぶ		ちゅうがく	ちゅうがく	しょうがくぶ	ちゅうがく	616		27.7	
617	25.6	553		23.8	709	30.5	650	616		27.7	
26 (きん)		27 (か)		28 (すい)		29 (もく)		しょうがくぶ		ちゅうがく	
こんぶあえ		27 (か)		28 (すい)		29 (もく)		しょうがくぶ		ちゅうがく	
ごはん	かんこくふうやきにく	27 (か)		28 (すい)		29 (もく)		519		23.7	
	もずとかにのスープ	27 (か)		28 (すい)		29 (もく)		519		23.7	
しょうがくぶ	ちゅうがく	しょうがくぶ		ちゅうがく	ちゅうがく	しょうがくぶ	ちゅうがく	519		23.7	
617	25.6	553		23.8	709	30.5	650	519		23.7	

♪こんだてはつごうによりへんこうするはあいがあります。