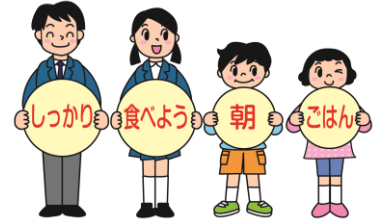
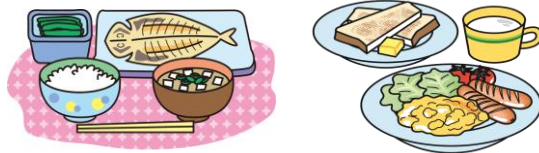


2月 幼稚園・保育園こんだて表

稚内市学校給食センター

令和 4年 2月発行

🍴は、スプーンの必要な日です。



- ・15日（火）ホットドッグハンバーグには、マイティソースがつきます。
- ・21日（月）鶏照り丼は、ごはんの上に具をのせて食べましょう。
- ・22日（火）ポイルブロッコリーサラダには、パックマヨネーズがつきます。

日	曜日	こんだて		主な材料名
1	火	★コッペパン ★牛乳	★白菜とベーコンのスープ コーンクリームコロッケ ★鶏肉のメキシカンソース	白菜 ベーコン 筍 きくらげ コーン 鶏肉 玉ねぎ
3	木	★牛乳	★五目うどん ごまとかぼちゃのプチフライ かに風味サラダ	鶏肉 ねぎ 人参 ごま かぼちゃ かに風味かまぼこ
4	金	★ごはん ★牛乳	★豚汁 にらまんじゅう せんべいチャンプルー	豚肉 大根 人参 にら かやきせんべい ピーマン
7	月	★ごはん ★牛乳	★小松菜と高野豆腐の味噌汁 チキンカツ 白菜キムチと竹輪の炒め物	小松菜 高野豆腐 鶏肉 白菜 竹輪 エリンギ
8	火	★バターパン ★牛乳	★ミネストローネ プレーンオムレツ ★ポテトときのこのバターソテー	きゃべつ ベーコン 人参 卵 じゃがいも しめじ
10	木	★牛乳	★塩ラーメン 野菜炒め ブルーベリータルト	豚肉 ねぎ もやし わかめ 筍 えび ピーマン 人参
14	月	★ごはん ★牛乳	★なめこの味噌汁 ★オオマイ竜田 ★れんこんとごぼうのきんぴら	なめこ 豆腐 ねぎ オオマイ れんこん ごぼう 人参
15	火	★コッペパン ★牛乳	★ポテトコンソメ ホットドッグハンバーグ ★和風サラダ	じゃがいも 人参 玉ねぎ ブロッコリー 鶏肉 大根
17	木	★牛乳	★親子そうめん ほうれん草のおかか和え 型抜きチーズ	卵 鶏肉 筍 たもぎ茸 ほうれん草 人参 かつお節
18	金	ナン ★牛乳	★キーマカレー ★海藻サラダ パインスティック	豚肉 玉ねぎ 人参 大豆 ひじき 昆布 パイン
21	月	★ごはん ★牛乳	★ふのりと青菜の味噌汁 あじメンチ ★鶏照り丼	ふのり 小松菜 人参 ねぎ あじ 鶏肉 玉ねぎ
22	火	★バターパン ★牛乳	★クリームシチュー オニオンリング（2個） ポイルブロッコリーサラダ	人参 マッシュルーム 玉ねぎ さつまいも ブロッコリー
24	木	★牛乳	★広東麺 肉しゅうまい（2個） ナムル	豚肉 いか ねぎ 白菜 人参 茎わかめ 切干し大根
25	金	焼きおにぎり ★牛乳	★いも団子汁 大豆の煮物	大根 いもちろ ごぼう 人参 ねぎ 大豆 ひじき 竹輪
28	月	★ごはん ★牛乳	★豆腐とわかめの味噌汁 いわしのみぞれ煮 ★プルコギ	豆腐 わかめ ねぎ いわし 豚肉 牛肉 玉ねぎ ピーマン

《2月平均栄養価 エネルギー511kcal たんぱく質 20.3g 脂質 20.0g 炭水化物 60.0g 食塩 2.4g》

★マークは、稚内近郊や北海道で取れた食材を使用している印です。
（じゃがいも・コーン・豚肉・鶏肉・ごぼう・味噌・牛乳・玉ねぎ など）

