

## 2月の予定献立表



\* 材料、その他の都合により献立を変更することがあります。  
\* 魚や肉にはほねがついていることがありますので、よくかんで気をつけて食べましょう。

食品群	体内でのはたらき
赤の食品	血や肉、骨をつくる
黄の食品	働く力や体温となる
緑の食品	体の調子をととのえる

隠れなんじーをさがせ☆  
このこんだて表の中に、なんじーが何人いるかわかるかな？正解は左下だなん♪



## アルビレックス新潟レディース 交流献立



アルビレックス新潟レディースが南城市で1月26日～2月9日までトレーニングキャンプを行います。

昨年度は、選手が普段食べている食事を給食で提供しましたが、今年度は玉城小学校の3年生が選手と交流し、地場産物を使った給食を考えてくれました。

2/3

選手は「もぐく丼を食べたことがない」と話していたので、南城市産のもぐくを食べてほしいと思い、採用！



沖縄県産のシーウォーサーが使われています！  
シーウォーサーを食べて疲れた体をリフレッシュ！



## 中学3年生特別メニュー

2/12  
佐中3年  
知中3年南城市産  
「美らいちご」だよ！2/26  
大中3年  
玉中3年

通常献立のソテー



フルーツ盛り合わせ

ポテトフライ

あげパン

(きなこ味・ココア味)

通常献立のスープ

## 2/25 卒業アイス！

ブルーシールさんより  
小学校6年生・中学校3年生に  
「シーウォーサーソルベ」の  
プレゼントがあります！

★他の学年はそのときになるのを  
楽しみに待ってね！

## 今月の欠食予定

5日(木)船小4年



こんだて	2(月) りんご 肉じゃが ★しそごはん はくさいのみぞ汁	3(火) Albirex NIIGATA 交流献立 シーウォーサーゼリー もぐくどん ごはん ゆしどうふ	4(水) 立春・節分に寄せて 手作りココアピーナッツ いわしのみぞれ煮 ごはん おにたいじ 鬼退治汁 大豆からつくられた食材がいくつ入っているか、探してみてね！正解は放送で…	5(木) パンパンジー ごはん マーボー大根	6(金) 冬季オリンピック献立 ～イタリア料理～ 豆乳パンナコッタ ★チキンのスパゲティ・ポロネーゼ バジルやき
あか き	ぎゅうにゅうとりにく ぶたにく わかめ 白みそ 赤みそ 油揚げ	ぎゅうにゅう ゆしどうふ もぐく ぶたにく だいす 白みそ 赤みそ いわしのみぞれ煮 だいす	ぎゅうにゅう ぶたにく 油揚げ どうふ どうにゅう 白みそ 赤みそ いわしのみぞれ煮 だいす	ぎゅうにゅう どうふ ぶたにく だいす 赤みそ とりささみ	ぎゅうにゅう ぶたにく とりにく だいす
みどり	こめ じゃがいも さとう あぶら	こめ さとう でんぶん あぶら シーウォーサーゼリー	こめ さとう	こめ あぶら さあぶら さとう でんぶん ねりごま すりごま	スパゲティ あぶら オリーブ油 豆乳パンナコッタ
こんだて	はくさい しめじ にんじん ゆかり にんにく たまねぎ こんにゃく グリンピース りんご	ねぎ しょうが にんにく たまねぎ にんじん ピーマン コーン	にんじん だいこん こまつな	だいこん しまたけ にんじん たまねぎ にら にんにく しょが きゅうり もやし	にんじん たまねぎ ピーマン トマト にんにく バジル ズッキーニ
あか き	ぎゅうにゅう とりにく ぶたにく わかめ 白みそ 赤みそ 油揚げ	ぎゅうにゅう ゆしどうふ もぐく ぶたにく だいす 白みそ 赤みそ いわしのみぞれ煮 だいす	ぎゅうにゅう ぶたにく 油揚げ どうふ どうにゅう 白みそ 赤みそ いわしのみぞれ煮 だいす	ぎゅうにゅう どうふ ぶたにく だいす 赤みそ とりささみ	ぎゅうにゅう ぶたにく とりにく だいす
みどり	こめ じゃがいも さとう あぶら	こめ さとう でんぶん あぶら シーウォーサーゼリー	こめ さとう	こめ あぶら さあぶら さとう でんぶん ねりごま すりごま	スパゲティ あぶら オリーブ油 豆乳パンナコッタ
こんだて	9(月) ★ちくわのマヨネーズ焼き 大根のレモンあえ ごはん かしわ汁	10(火) ※よくかんで たべましょう 黒糖ぜんざい ごはん 豚すきやき	★マークの献立は 中学3年生からの リクエストメニュー だなん♪	12(木) 佐中知中3年特別メニュー プロッコリーソテー コッペパン クラムチャウダー	13(金) 明日はバレンタインデー♥ ポンデーナツチョコがけ カレーピラフ ハートのコロッケ
あか き	ぎゅうにゅう とりにく こんぶ 赤みそ 白みそ ちくわ だっふんにゅう 青のり かつお節	ぎゅうにゅう ぶたにく 絹あつあげ きんときまめ パン じゃがいも こむぎこ マーガリン	ぎゅうにゅう あさり 無塩せきベーコン とりにく だっふんにゅう	ぎゅうにゅう とりにく 無塩せきウインナー	ぎゅうにゅう とりにく 無塩せきウインナー
みどり	こめ ノンエッグマヨネーズ 生クリーム どうがん にんじん ねぎ だいこん きゅうり レモン果汁	こめ あぶら さとう おしむぎ にこみち 黒糖 でんぶん	パン じゃがいも こむぎこ マーガリン 生クリーム あぶら	こめ さとう あぶら 乳不使用マーガリン ハートのコロッケ ポンデーナツチョコがけ	たまねぎ にんじん ピーマン コーン マッシュルーム にんにく
こんだて	16(月) タコライスにしてね スライスチーズ 蒸しやさい ★タコスミート ごはん やさいスープ	17(火) 旧正月 たんかん にんじんシリシリ 黒米ごはん イナムドウチ	18(水) ★フルーツポンチ ごはん ポークカレー	19(木) さんまのかばやき きんぴらごぼう ごはん とうふのみぞ汁	20(金) おきなわ食材の日 ツナ和え ごはん ★やきにく丼
あか き	ぎゅうにゅう とりにく ぶたにく だいす スライスチーズ	ぎゅうにゅう ぶたにく 甘口白みそ たまご ツナ かまぼこ	ぎゅうにゅう ぶたにく だいす どうにゅう くろまめ	ぎゅうにゅう とうふ あぶらあげ さんま 赤みそ 白みそ ぶたにく かまぼこ	ぎゅうにゅう ぎゅうにく ツナ
みどり	こめ あぶら じゃがいも	こめ くろまい あぶら	こめ じゃがいも あぶら 乳不使用マーガリン カクテルゼリー こむぎこ	こめ あぶら さとう でんぶん ごまあぶら いりこ こめこ	こめ さとう あぶら いりごま
こんだて	にんじん たまねぎ だいこん ブロッコリー ピーマン にんにく キャベツ きゅうり	にんじん かまぼこ にんじん たまねぎ にら たんかん	たまねぎ にんじん ほうれんそう にんにく りんごビューレ バイン とうとう みかん 洋なし ぶどう チェリー ナタデココ シーウォーサー果汁	だいこん にんじん こまつな えのきたけ ごぼう こんにゃく あおまめ	キャベツ たまねぎ もやし にんじん こまつな 黄ピーマン しめじ エリンギ たけのこ だいこん きゅうり にんにく
24(火)	沖縄県産の食材	25(水) フォーモストブルーシール株式会社さ んより卒業生へプレゼント♪ (小6・中3のみ) 卒業アイス べにいもだんご ★沖縄そば チキンチャンプルー	26(木) 大中玉中3年特別メニュー (その他の地区) きなこクリーム いんげんソテー あげパン(佐敷・知念地区) なかよしパン(その他の地区) 卵入りコーンスープ	27(金) アーモンド ★手作りスイートポテト トマトチーズリゾット 野菜のガーリックソテー	
あか き	✿もぐく ○とりにく ○べにいも ○こまつな ○たんかん ○黒糖 ○からしな ✿いちご	ぎゅうにゅう ぶたにく かまぼこ ツナ 絹あつあげ おきなわそば あぶら べにいもだんご	ぎゅうにゅう とりにく たまご ミートボール きなこ だっしんにゅう	ぎゅうにゅう ミニカクテルウインナー ツナ きなこ だっしんにゅう	ぎゅうにゅう 無塩せきベーコン とりにく チーズ 無塩せきウインナー
みどり	✿は南城市産です	ねぎ しょが にんじん もやし たまねぎ からしな こまつな	こめ あぶら さとう でんぶん 卒業アイス	パン あぶら アーモンド さとう こくとう きなこクリーム じゃがいも	こめ カルシウム米 さとう じゃがいも あぶら さつまいも グラニュー糖 乳不使用マーガリン いりごま はちみつ アーモンド