



2月

*献立は調理の材料・都合により変更することがあります。
長浜北星高等学校(定時制) R6.2

月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日
 イワシ  イワシを焼くにおいで鬼を追い払います。イワシの頭は柵の枝に差して玄関に飾り、厄除けに使います。	 大豆  炒った豆をまいて鬼を払い、年齢の数だけ豆を食べて1年の幸福を願います。	 こんにゃく  体の中にたまった砂(不要なもの)を出す「砂おろし」として、こんにゃく料理を食べる地域もあります。	1 ご飯 にゅうめん 豚肉とピーマンの辛味噌炒め 切干大根の煮物 牛乳 ----- 803kcal	2 ご飯 いわしのつみれ汁 肉じゃが こんにゃくのうま煮 福豆 牛乳  ----- 881kcal
5 ご飯 白葱の味噌汁 ポークチャップ 卵サラダ 牛乳 ----- 852kcal	6 生徒休業日 	7 ご飯 水菜の味噌汁 かつおフライ 卵の花炒り 牛乳 ----- 791kcal	8 大根菜ご飯 鶏玉うどん ゴマネーズ 牛乳 ----- 820kcal	9 ウィンナードック きのこのクリームスープ チップスサラダ 牛乳 ----- 815kcal
12 振替休日 	13 カレーライス 白菜コルスロー 福神漬 牛乳 ----- 948kcal	14 もち麦ご飯 大根の味噌汁 チーズはんぺん・野菜コロッケ もやしと春菊のごま和え もちもち焼きチョコ餅 牛乳  ----- 761kcal	15 ご飯 ほうれん草の味噌汁 鶏つくね焼き スイートポテトサラダ 牛乳 ----- 877kcal	16 食パン パンプキンスープ ナポリタン 牛乳 ----- 908kcal
19 ご飯 豆腐と玉葱の味噌汁 鮭の幽庵焼き きんぴらごぼう 牛乳 ----- 756kcal	20 ご飯 じゃがいもの味噌汁 大根といかの煮物 胡瓜と油揚げの甘酢和え 牛乳 ----- 701kcal	21 コッペパン ポークビーンズ もやしのカレー炒め 牛乳 ----- 827kcal	22 三色丼ぶり 豆もやしの味噌汁 高野豆腐の含め煮 牛乳 ----- 945kcal	23 天皇誕生日 
26 ご飯 どさんこ汁 ハムとチーズの卵焼き ほうれん草のナムル 牛乳 ----- 725kcal	27 ご飯 サムゲタン風スープ えびとチンゲン菜の炒め物 蒸し焼売 牛乳 ----- 704kcal	28 もち麦ご飯 すまし汁 さばの味噌煮 青菜の塩炒め 牛乳 ----- 840kcal	29 ご飯 冬野菜の味噌汁 メンチカツ 野菜の白和え いちご アシドミルク ----- 843kcal	