

# 2月の献立表

令和5年度 八丈高等学校定時制

月	火	水	木	金	給食予約締切日
			1節分メニュー ごはん ししゃもの南蛮漬け 青菜のごま和え 節分汁	2  <b>オンライン学習デー</b>	1月26日 (金)
5群馬県郷土料理 すき焼き丼 即席漬け おきりこみ	6 ごはん 高野豆腐の卵とし かぶの甘酢漬け 田舎汁	7 ゆかりごはん ぶり大根 みそドレサダ のっぺい汁	8 ごはん じゃがいものそぼろあん 花野菜のごまマヨサダ みそ汁	9モロッコメニュー ごはん タジン(モロッコ風煮込み) モロカンサダ くだもの	1月26日 (金)
12  <b>建国記念日</b>	13 ごはん 豆腐ハンバーグ ☆パリパリサダ 味噌けんちん汁	14バレンタインメニュー チキントマトクリームスパゲッティ フレンチサダ デザート	15 はんぱ飯 五目卵焼き 切干大根の煮物 かんも汁	16 ごはん 魚とさつまいものケチャップ煮 根菜サダ すまし汁	2月1日 (木)
19 ポークカレー 大根サダ くだもの	20早出し・セレクトメニュー ごはん A 菜種焼き(魚) B 菜種焼き(肉) ひじきサダ みそ汁	21  <b>休業日</b>	22  <b>休業日</b>	23  <b>天皇誕生日</b>	2月9日 (金)
26 ロコモコ丼 ビーンズサダ オニオンスープ	27 カレーミートサンド ☆揚げパン キャベツサダ チキンホワイトシチュー	28 ごはん 厚揚げと豚肉の煮物 磯和え デザート	29 ごはん 麻婆豆腐 ナムル 酸辣湯		2月9日 (金)

\*給食時間は25分間で、通常18:15~18:40 早出し17:30~17:55です。

\*給食を欠食する時はパソコン画面で『×』の入力をお願いします。

\*果物は旬のものを使用します。

\*食材納入の都合により、献立を変更することがあります。ご了承ください。

2月の 平均栄養価	熱量 kcal	たんぱく質 g	脂質 %	カルシウム mg	鉄 mg	ビタミンB1 mg	ビタミンB2 mg	ビタミンC mg	食物繊維 g	食塩相当量 g
	784	33.3	27.8	396	3.8	0.55	0.67	44	7.6	3.1
基準値	820	25-40	25~30	380	4.0	0.50	0.60	35	6.5	3.0