

# 2がつ きゅうしょくカレンダ－ しんごうセンター かわぐちしりつがっこうきゅうしょくセンター－ なんぺいセンター

【こんねんどのこんだてテーマ】  
あじわおう！にほんかくちの きょうどりょうり

にいがたけん

にいがたけん せんでんかちょう 「トックッキ」  
「とっぴー」 「きっぴー」



○はしは、まいにちもちかえり きれいにあらって わすれずに もってきましょう。  
○さかなには、ほねがあります。よくかむことで ほねにきづく ことができます。ちゅういして たべましょう。  
○おわんやおぼん、スプーンは、みんなでつかうものです。 ひとりひとりが たいせつに つかいましょう。

	<p>にいがたけんのゆるキャラ がんそスキーおとこ「レルヒさん」</p>	<p>すいようび</p> <p>1日</p> <p>わかめのサラダ クリスピーチキン コーヒー いんりょう フラワーロール ラビオリスープ イタリアン ドレッシング</p>	<p>もくようび</p> <p>2日</p> <p>キャベツソテー オムレツ ふゆやさいの シチュー さきたまライスボール</p>	<p>きんようび</p> <p>3日</p> <p>じごなうどん きつねうどん ミニトマト(2コ) いわしフライ (2コ)</p>
--	--	--	---	---

しばひのつめしょうがっこうの リクエストこんだて である「コーヒーいんりょう」がつきます。「ラビオ リスープ」につかわれている ほうれんそうは、いまが しゅんの たべものです。

「ふゆやさいのシチュー」につかわれてい る ブロッコリー・かぶは、いまが しゅんの たべものです。

きょうは、せつぶんの こんだてです。いわしは ほね ごとたべられるので カルシウムをたくさん とることが できます。だいずには はだけのくといわれるほど たんぱくしつが たくさんふくまれています。

<p>げつようび</p> <p>6日</p> <p>パオズ(2コ) ごはん マーボーどうふ もも</p>	<p>かようび</p> <p>7日</p> <p>あんかけ とうふハンバーグ れんこんサラダ ごはん はくさいと だいこんの みそしる わふう ドレッシング</p>	<p>8日</p> <p>はなやさいサラダ ツナポテコロッケ バターロール キャベツと にくだんごの スープ ソーゼン アイランド ドレッシング ソース</p>	<p>9日</p> <p>さばのみそに こんにやくの いために ごはん きりたんぼじる</p>	<p>10日</p> <p>みかん ホットちゅうかめん たんたんめん ひじきようざ (2コ)</p>
--	--	--	---	--

「はくさいとだいこんのみそしる」につか われている はくさい・だいこんは、いまが しゅんの たべものです。

「キャベツとにくだんごのスープ」につかわれてい る キャベツ・ほうれんそう、「はなやさいサラダ」につか われている ブロッコリー・カリフラワーは、いまが しゅんの たべものです。

「きりたんぼじる」につかわれている はく さい・だいこんは、いまが しゅんの たべもの です。

とづかあやせしょうがっこうの リクエスト こんだてである 「たんたんめん」が とうじょう します。

<p>13日</p> <p>とりにく ごまてりやき かいそうサラダ ごはん さつまいもと とうふのみそしる パンパンジー ドレッシング</p>	<p>14日</p> <p>ハートがたハンバーグ デミグラスソース キャロット ピラフ カレーやさい スープ こめこの ガトーショコラ</p>	<p>15日</p> <p>ブロッコリーと こんさいのサラダ ウイナーの パジルあげ(2コ) メロンパン はくさいの スープ コールスロー ドレッシング</p>	<p>16日</p> <p>あじのてりやき ★にこます ごはん ★けんちんじる</p>	<p>17日</p> <p>ソフトめん スパゲティ キャロットソース ポイルキャベツ えびミックスフライ コーン クリーム ドレッシング ソース</p>
---	---	--	---	--

バレンタインにちなみ、「ハートがたハン バークデミグラスソース」、「こめこのガ トーショコラ」が とうじょう します。

「はくさいのスープ」につかわれている はくさい・ ほうれんそう、「ブロッコリーとこんさいのサラダ」につか われている ブロッコリー・だいこんは、いまが しゅんの たべものです。

きょうは、にいがたけんの きょうどりょう りです。ふゆによくたべられているりょうり です。

<p>20日</p> <p>えだまめのサラダ むぎごはん ピーフ ハヤシライス りんごゼリー たまねぎ ドレッシング</p>	<p>21日</p> <p>かれのい あますあんかけ ごぼうサラダ ごはん なめこじる ごま ドレッシング</p>	<p>22日</p> <p>ほうれんそうと コーンのソテー ぶたにくの オニオンソースがけ マープルしよくぼん ミネストローネ</p>	<p>23日</p> <p>てんのうたんじょうび</p>	<p>24日</p> <p>じごなうどん わかめうどん せとか いかとえびの かきあげ</p>
--	---	---	------------------------------	---

「かれのいあますあんかけ」につかわれて いる かれのいは、いまが しゅんの たべもの です。

「はくさいのスープ」につかわれている はくさい・ ほうれんそう、「ブロッコリーとこんさいのサラダ」につか われている ブロッコリー・だいこんは、いまが しゅんの たべものです。

きょうは、にいがたけんの きょうどりょう りです。ふゆによくたべられているりょうり です。

<p>27日</p> <p>ぶりのてりやき こうやどうふの そぼろごはん ごはん こんさいじる りんごゼリー たまねぎ ドレッシング</p>	<p>28日</p> <p>はるまき はるさめサラダ ごはん キムチと トックの スープ かんこくナムル ドレッシング</p>
--	---

まるごと たべられるさかなは、 さかなのたまごを ふくむばあいがあります。

ぎよかいるい(ちりめんじゃこなどのこざかな) や かいそうるいには しゅうかくを するとき に、えび、かに、いかなどがはいっているこ とがあります。

…スプーンがつくひです。

★…はじめて きゅうしょく にでるこんだてです。

かわぐちマスコット 「きゅぼらん」