

2月の献立

☆ 平均栄養量 ☆	エネルギー 脂質 食物繊維	667 kcal 20.7 g 4.2 g	たんぱく質 カルシウム 食塩相当量	27.1 g 359 mg 2.1 g	キロカロリー グラム ミリグラム グラム	※平均栄養量は、 しょうがっこう 4年生の食事に 相当する値です。
-----------	---------------------	-----------------------------	-------------------------	---------------------------	-------------------------------	---

1日(月)	2日(火)	3日(水)	4日(木)	5日(金)
ごはん 牛乳 すき焼き風煮 小松菜とひじきの サラダ みかん 【節分献立】	ごはん 牛乳 いわしのかば焼き風 白菜の柚子香和え みそけんちん汁 【節分献立】	ごはん 牛乳 ポークビーンズ アーモンドサラダ	おやこどんぶり 牛乳 親子丼 牛乳 小松菜の磯香和え (小)広島レモンの チーズパンナコッタ	ごはん 牛乳 (小)さばの塩焼き (保幼中)豆腐ハンバーグ おろしソースかけ いかとブロッコリーのサラダ わかめスープ (中)カスタードプリン
8日(月)	9日(火)	10日(水)	11日(木)	12日(金)
ごはん 牛乳 がんもと野菜の煮物 茎わかめの酢のもの くるみちりめん	ごはん 牛乳 コケコーから揚げ ねぎしょうゆドレッシング コーンポテト 安芸高田たっぷりスープ	ごはん 牛乳 鮭のコーンマヨ焼き ピーナッツ和え はくさいのみそ汁	【建国記念の日】 厚揚げの中華炒め 中華和え ぽんかん	ごはん 牛乳 厚揚げの中華炒め 中華和え ぽんかん
15日(月)	16日(火)	17日(水)	18日(木)	19日(金)
カレーピラフ 牛乳 野菜と肉団子の スープ煮 おまめのサラダ ヨーグルト	ごはん 牛乳 鱈のレモン風味 あらめの炒り煮 安芸高田サンサンみそ汁	(保幼)ごはん (小中)ピタパン※ 牛乳 鶏肉のマーマレード焼き※ 産直れんこん和え※ 〔※セルフサンド〕 かぼちやのスープ	ごはん(少なめ) 牛乳 ちゃんぽんめん 海鮮揚げシューマイ チンゲンサイの ナムル	そばろごはん 牛乳 ほうれん草の 梅かつお和え 豆腐汁 【食育の日】
22日(月)	23日(火)	24日(水)	25日(木)	26日(金)
ごはん 牛乳 ちゃんこ煮 さきいかの かみかみ和え ネーブルオレンジ	【天皇誕生日】 元就カレーライス 牛乳 大根サラダ アーモンド ミニフィッシュ	ごはん 牛乳 鱈の西京焼き 野菜と竹輪の和え物 根菜のみぞれ汁	ごはん(小中:少なめ) 牛乳 豚カツ 海藻サラダ レタスのスープ (小中)シュークリーム	ごはん(小中:少なめ) 牛乳 豚カツ 海藻サラダ レタスのスープ (小中)シュークリーム

※物資納入の都合等により、献立を変更する場合があります。ご了承ください。 吉田中3年生リクエスト給食です♪

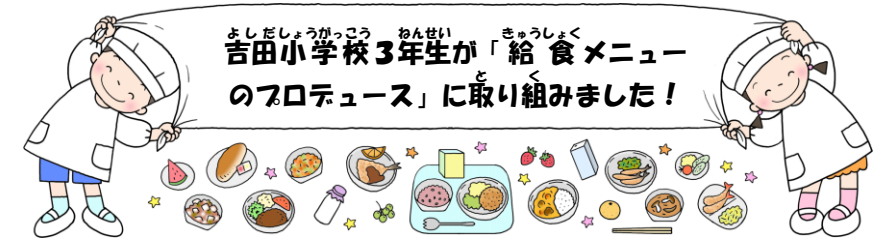
2月 給食だよ!

安芸高田市給食センター
令和3年(2021年)2月



2月2日は節分です。

今年(ねん)は2月2日(に)が節分(せつぶん)です。節分(せつぶん)が3日(か)にならないのは37年(ねん)ぶり、2日(に)になるのは124年(ねん)ぶりだそう(せつぶん)です。節分(せつぶん)は「季節(きせつ)の分かれ目(わかれめ)」という(い)意味(いみ)で、立春(りっしゅん)の前日(ぜんじつ)を(い)います。暦(れき)の上(う)では、もう春(はる)です。節分(せつぶん)でまく豆(まめ)は「大豆(だいず)」です。大豆(だいず)には、たんぱく(たんぱく)質(しつ)、脂質(しじつ)、ビタミン(びたみん)、ミネラル(みねらる)などが豊富(ほうふ)に含ま(こ)まれています。また、みそ(みそ)やしょうゆ(しょうゆ)、豆腐(とうふ)や油揚げ(あぶらあ)など、いろいろな調味料(ちようみりよう)や食材(じよくざい)に変身(へんしん)して日本(にほん)の食(しょく)を支(さ)えています。給食(きゅうしょく)でも多用(たよう)していますが、家庭(かてい)でも積極(せっきよく)的に大豆(だいず)や大豆製品(だいずせいひん)をとり入れ(い)ましょう。



吉田小学校3年生が「給食メニューのプロデュース」に取り組みました!

今年度(こねんど)、吉田小学校(よしだしがっこう)3年生(ねんせい)が、地域(ちいき)をテーマ(てま)にした学習(がくしゅう) (総合的な学習(そうごうてき)の時間(じかん))の中で、「給食メニュー(きゅうしょく)のプロデュース」に取り組み(と)きました。二重下線(にじゆうかせん)のついて(い)るものは、それ(そ)をもと(もと)にアレンジ(あんじ)したメニュー(めいんゆ)です。いつも(いつも)と少し(すこ)違う(ちが)う、アイデア(あじ)メニュー(めいんゆ)を味わ(あじ)ってください。

2月リクエスト実施校の「給食」の思い出や感想を紹介!

- 学校(がっこう)の中で一番(いちばん)至福(しふく)な時間(じかん)だった。・苦手(がた)だった食材(じよくざい)も、おいしく食(た)べることができ(でき)てうれしかった。
- テスト(てすと)で不甲斐(ふがい)ない点(てん)を取(と)ってしまった日(ひ)の給食(きゅうしょく)がおいしく、元氣(げんき)をもらいました。
- 毎日(まいにち)たくさんついで(ついで)もらって、昔(むかし)ばなしみたい(みたい)になった。・今(いま)こんな状況(じきょう)ですが、頑張(がんば)ってください!
- 心(こゝろ)に残(のこ)っていることは、先生(せんせい)や友達(ともだち)と給食(きゅうしょく)を一緒(いっしょ)に食(た)べているうち(うち)に仲良(なつこ)くなること(こと)ができたこと(こと)です。
- 小学校(しょうがっこう)からの9年(ねん)間(かん)、毎日(まいにち)給食(きゅうしょく)が楽(たの)しみだった。きれい(きれい)にびったり配膳(はいぜん)できた時(とき)はうれしかった。
- 多分(たぶん)生きてきたほとん(ほとん)どの昼食(ひるめし)は給食(きゅうしょく)でした。食(た)べられなく(た)べられなく)なると思(おも)うと少し(すこ)さみしいです。
- 一度(いちど)ブラジル料理(りょうり)が出(で)た時(とき)がありました。外国(がいこく)の料理(りょうり)も日本(にほん)と違(ちが)っておいしかったので、もっ(もっ)と食(た)べてみたい(みたい)です。・いろいろな種類(しゆるい)の給食(きゅうしょく)があるので飽(あ)きないです。
- めんどくさ(めんどくさ)がらず(が)ずに、給食(きゅうしょく)のレパートリー(れぱーとりー)を増(ぞ)やしてください。期待(きたい)にこた(こた)えられるよう(よう)にがんば(がんば)ります!
- 今度(こんど)はお弁当(おべんとう)生活(せいかつ)になる(なる)のが大変(おほい)ですが、バラン(ばらん)スをくずさ(くずさ)ず、がんば(がんば)ろうと思(おも)います。
- いつも(いつも)とてもおい(おい)しい給食(きゅうしょく)なので、学校(がっこう)に来(き)るのがしん(しん)どい時(とき)も、母(はは)と「今日(けふ)の給食(きゅうしょく)は〇〇(〇〇)だから(だから)がんば(がんば)ろうね(ね)！」という話(わ)をしながら(ながら)、給食(きゅうしょく)を楽(たの)しみに私(わたし)はいつも(いつも)登校(とうがう)して(して)います。手作(て)りのもの(もの)は、市販(いちばん)のもの(もの)よりやさ(やさ)しい味(あじ)がして(して)きて、うれ(うれ)しい気持(きもち)にな(な)ります。